

Le meilleur pour votre famille

Le Tour du Monde en 68 Recettes

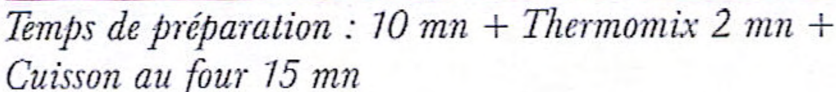




Le Tour des Régions françaises



Bretzels



Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 2 mn +
Cuisson au four 15 mn



400 g de farine
20 g de levure
2 gobelets ½ d'eau tiède
1 c. à café bombée de sel

Pour la marinade :
500 g d'eau
2 c. à café de bicarbonate de soude

Mettre la farine et la levure dans le bol du Thermomix et mixer ***10 sec à vitesse 4****.*

Ajouter l'eau et le sel et pétrir ***2 mn sur position Epi*** *pour confectionner la pâte. Laisser reposer la pâte 15 à 20 mn dans un endroit chaud. Former une douzaine de Bretzels.*

Préchauffer le four à thermostat 7 (200°C). Chauffer l'eau et le bicarbonate de soude dans une grande casserole. Plonger chaque Bretzel avec une écumoire dans l'eau chauffée pendant 30 à 60 sec.

Couvrir une plaque de four avec du papier sulfurisé et y poser les Bretzels. Mettre au four à thermostat 7 (200°C) pendant 15 mn environ.

Conseil

Avant de passer les Bretzels au four, vous pouvez les saupoudrer de sel ou de graines de sésame.



Tarte Flambée (Flamenküche)

Temps de préparation : Thermomix 12 mn + Temps de levage 1 h + Cuisson au four 10 mn

Alsace

Pour la pâte (2 préparations) :
350 g de farine
20 g de levure de boulanger fraîche
2 gobelets d'eau tiède
10 g d'huile d'olive
1 c. à café de sel

Pour la garniture :
250 g de fromage blanc
20 g de crème fraîche
100 g de lardons fumés
1 gobelet de vin blanc sec
2 jaunes d'œufs
2 oignons moyens
1 petite échalote
20 g d'huile d'olive
1 pincée de muscade
sel et poivre

Mettre dans le bol l'eau et la levure de boulanger émiettée et régler ***1 mn à 50°C, vitesse 2****. Ajouter la farine, l'huile et le sel et mixer* ***1 mn sur position Epi****.*

Sortir la pâte et la laisser reposer 30 mn dans un endroit tiède.

Prélever la moitié de la pâte, l'étaler très fine et la laisser reposer à nouveau 30 mn.

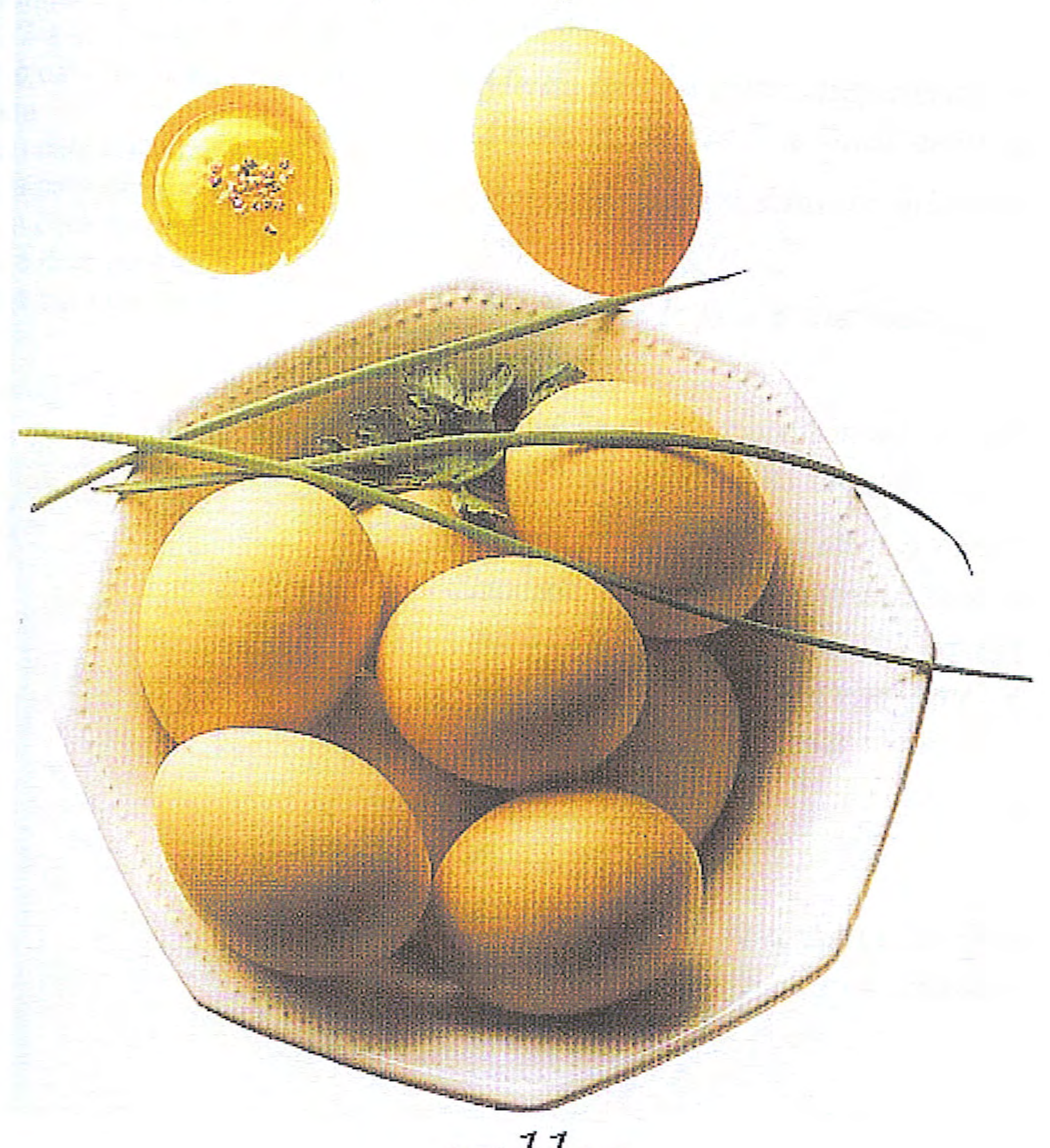
Pendant ce temps, faire tourner les couteaux du Thermomix à ***vitesse 4*** *et y jeter les oignons. Verser les ⅔ dans le panier cuisson vapeur (le réserver) et le reste dans le bol du Thermomix. Ajouter dans le bol l'huile d'olive et programmer* ***4 mn à 100°C, vitesse 1****. A l'arrêt de la minuterie, ajouter dans le bol le vin blanc et un gobelet d'eau. Placer le panier cuisson et cuire* ***5 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Préchauffer le four à thermostat 8 (240°C).

Sortir le panier cuisson et ajouter dans le bol le fromage blanc, la crème fraîche, les jaunes d'œufs, le sel, le poivre et la muscade. Mixer ***1 mn à vitesse 4****.*

Disposer la pâte sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé. Verser la préparation sur la pâte et parsemer des lardons et des oignons du panier.

Cuire au four environ 10 mn à thermostat 8 (240°C).



Pain d'épices

Temps de préparation : Thermomix 3 mn +
Temps de levage 1h + Cuisson au four de 55 mn à 1h15



500 g de farine complète
500 g de miel
33 cl de bière
2 c. à soupe d'eau de fleur d'oranger
1 c. ½ à soupe d'huile d'olive
2 c. à café de bicarbonate de soude
3 c. à café de sucre roux
1 c. à café de gingembre
1 c. à café de cannelle
½ c. à café de muscade
½ c. à café de sel

Mettre la bière dans le bol et mixer ***2 mn 30 à 100°C, vitesse 4****.*

Ajouter le miel et mixer ***15 sec à vitesse 5****.*

Mettre tous les autres ingrédients et mixer ***30 sec à vitesse 7*** *à l'aide de la spatule.*

Verser le mélange dans un saladier et laisser reposer 1h.

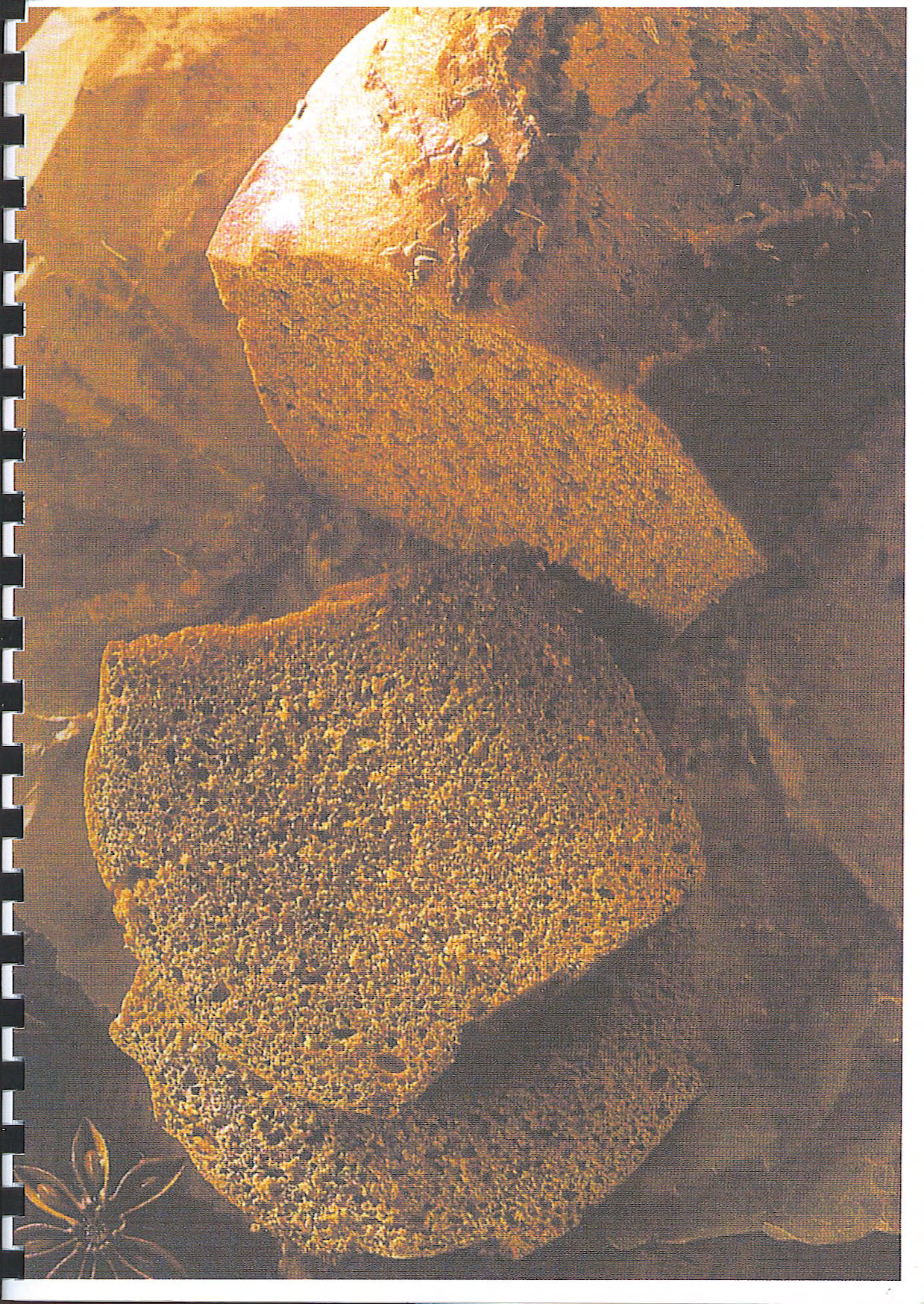
Préchauffer le four à thermostat 5 (150°C).

Verser la pâte dans un moule à cake ou dans deux plus petits moules.

Cuire au four à thermostat 5 (150°C) environ 1h15 pour un grand moule et environ 55 mn pour 2 petits moules. Vérifier la cuisson avec une lame de couteau qui doit ressortir sèche.

Conseil

Ce pain d'épices se conserve quelques jours dans une boîte en fer ou en tranches au congélateur.



Lapin aux pruneaux

Temps de préparation : Thermomix 45 mn



Aquitaine

1 arrière de lapin (800g)
1 oignon
1 carotte
1 bouquet garni
350 g de vin rouge (Faugères)
50 g de vinaigre de vin
350 g d'eau
200 g de pruneaux dénoyautés
300 g de blé ou 200 g de riz
30 g d'huile d'olive
10 g de beurre
40 g de crème fraîche
sel et poivre



Mettre dans le bol l'oignon, la carotte, l'huile et faire 3 pulsions ***turbo****.*

Programmer ***4 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Ajouter le vin, le vinaigre, l'eau, le sel, le poivre et le bouquet garni. Mettre le panier cuisson avec le riz ou le blé.

Fermer le bol et poser le Varoma avec le lapin et les pruneaux salés et poivrés.

Cuire ***40 mn à température Varoma, vitesse 1****.*

En fin de cuisson, enlever le bouquet garni et ajouter le beurre et la crème fraîche. Mixer ***1 mn 30 à 100°C, vitesse 1,5****.*

Mettre le blé ou le riz dans un plat de service, puis autour le lapin nappé de sauce.

L'Aligot

Temps de préparation : Thermomix 23 mn



500 g de pommes de terre à purée
180 g de tomme pour aligot ou un mélange de cantal et de tomme fraîche
75 g de beurre
100 g de crème fraîche épaisse
2 gousses d'ail
sel, poivre

*Couper les pommes de terre épluchées en rondelles et les mettre dans le bol avec 500 g. d'eau. Programmer **22 min à température Varoma, vitesse 1**.*

*Egoutter les pommes de terre, les mettre dans le bol, ajouter la tomme, le beurre, l'ail, la crème fraîche, le sel et le poivre. Mixer **1 mn progressivement jusqu'à vitesse turbo**.*

Conseil

*Servir avec des brochettes, grillades de bœuf ou saucisses de Toulouse (cuites dans le Varoma avec 500 g. d'eau, **20 mn à température Varoma, vitesse 1**).*



Soupe à l'oignon

Temps de préparation : Thermomix 30 mn + Cuisson au four 5 à 10 mn



Auvergne-Limousin

2 oignons moyens
2 c. à soupe de farine
2 c. à soupe de graisse de canard ou d'huile
1 l. d'eau
1 cube de bouillon
fromage râpé
pain rassis
sel et poivre

Faire chauffer la matière grasse ***1 mn à 90°C, vitesse 1.***

Jeter les oignons coupés en 4 sur les couteaux du Thermomix à ***vitesse 4 pendant quelques secondes.***
Cuire ***3 mn à 100°C, vitesse 1.***

Ajouter la farine et mixer ***quelques secondes à vitesse 4*** *afin de mélanger le tout.*

Ajouter l'eau et le cube de bouillon et programmer ***25 mn à 100°C, vitesse 1.***

Préchauffer le four à thermostat 7 (210°C).

Disposer des tranches de pain rassis dans une terrine.

Filtrer la préparation ou pas selon votre goût et la verser sur le pain. Saupoudrer de fromage râpé et faire gratiner sous le grill du four entre 5 et 10 mn (à surveiller).

Servir bien chaud.

Canole du Limousin



Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 1 mn 20 + Attente 30 mn + Temps de cuisson au four 10 mn

500 g de farine
250 g de beurre
125 g de sucre
1 œuf + 1 jaune
75 g d'eau chaude
7 g de sel

La canole se compose de deux pâtes entrelacées et torsadées. L'une est sucrée, l'autre salée.

Mettre dans le bol l'œuf, 125 g de beurre, le sucre et 250 g de farine. Mixer ***1 mn sur position Epi****.*

Extraire la pâte et en faire une boule.

Mettre dans le bol ⅔ de gobelet d'eau chaude, 125 g de beurre, 250 g de farine et les 7 g de sel. Mixer ***20 sec sur position Epi****.*

Extraire la pâte et en faire une boule. Mettre les deux boules de pâte au frais environ ½ heure.

Préchauffez le four à thermostat 6 (180°C).

Etaler chacune des deux pâtes sur une épaisseur de 3 mm pour former 2 carrés. Déposer la pâte sucrée sur la pâte salée et découper des lanières de 5 cm de large sur 25 cm de long.

Torsader et dorer avec le jaune d'œuf. Déposer les canoles sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé et cuire 10 mn à thermostat 6 (180°C).

Conseil

Servir tiède ou froid accompagné de crème. Ce gâteau est idéal à l'heure du thé.

Malouinade

Temps de préparation : Thermomix 23 mn



600 g de filets de merlan
1 blanc de poireau
1 courgette
1 oignon
1 cube de bouillon de volaille
250 g de vin blanc sec
une pincée de piment (selon goût)
2 pincées de curry
2 œufs
200 g de crème fraîche
sel et poivre

Couper le poireau en tronçons, la carotte épluchée et la courgette en fines rondelles.

Faire tourner les couteaux à ***vitesse 6*** *et y jeter l'oignon coupé en quatre.*

Ajouter les légumes dans le bol avec le vin blanc, le cube et le piment. Programmer ***13 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Couper le poisson en tronçons et le mettre dans le bol. Cuire ***5 mn à 100°C, vitesse 1****.*

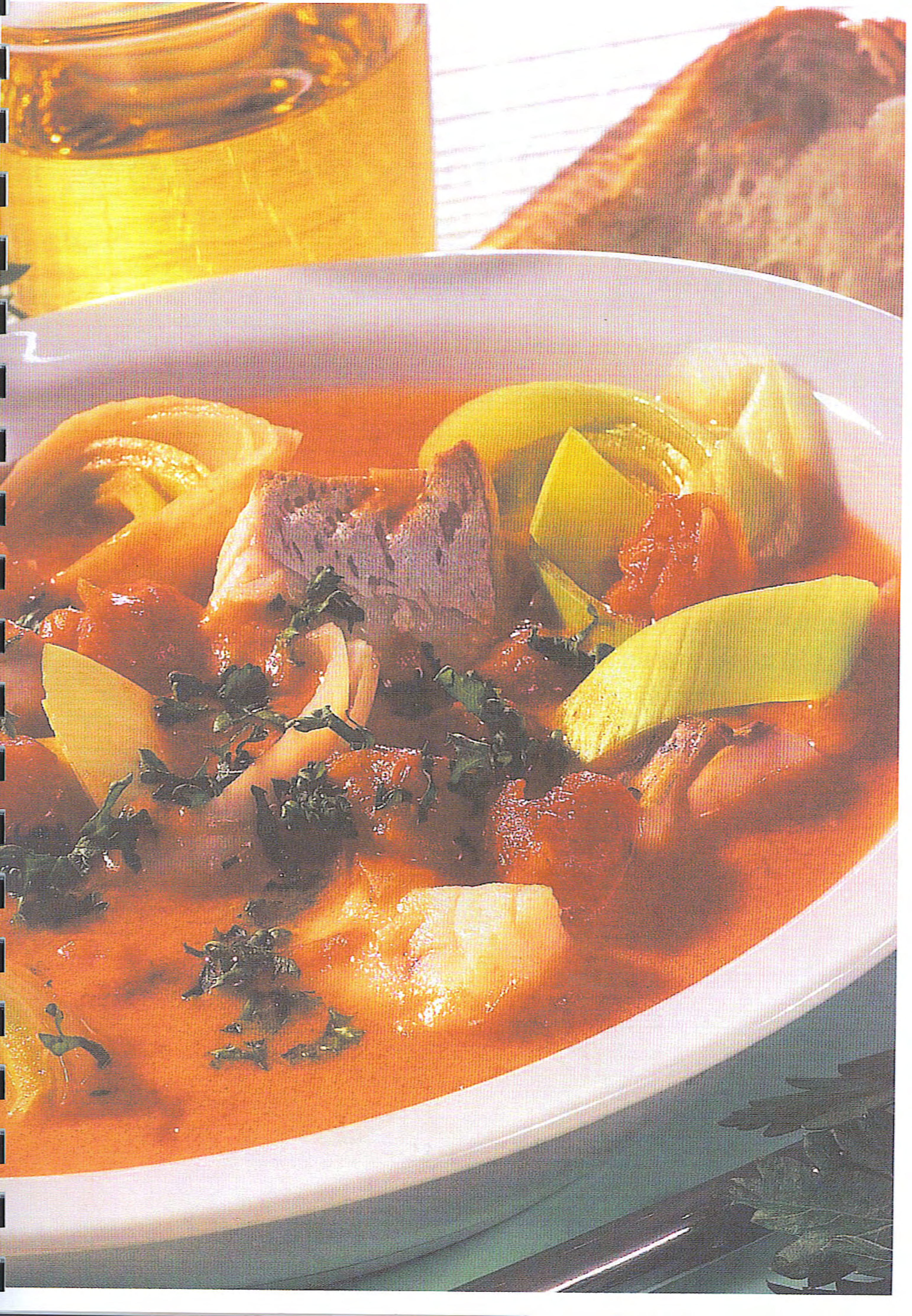
Mixer quelques secondes jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène mais non liquide (selon votre goût, vous pouvez garder des morceaux).

Ajouter les œufs, la crème fraîche, le curry et 250 g d'eau chaude. Mixer ***5 sec à vitesse 4****. Cuire* ***5 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Servir très chaud.

Conseil

Vous pouvez mouliner la soupe ou garder des morceaux de légumes et de poisson. Très complète, elle peut se servir en plat unique pour un dîner léger.



Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail

Temps de préparation : Thermomix 31 mn

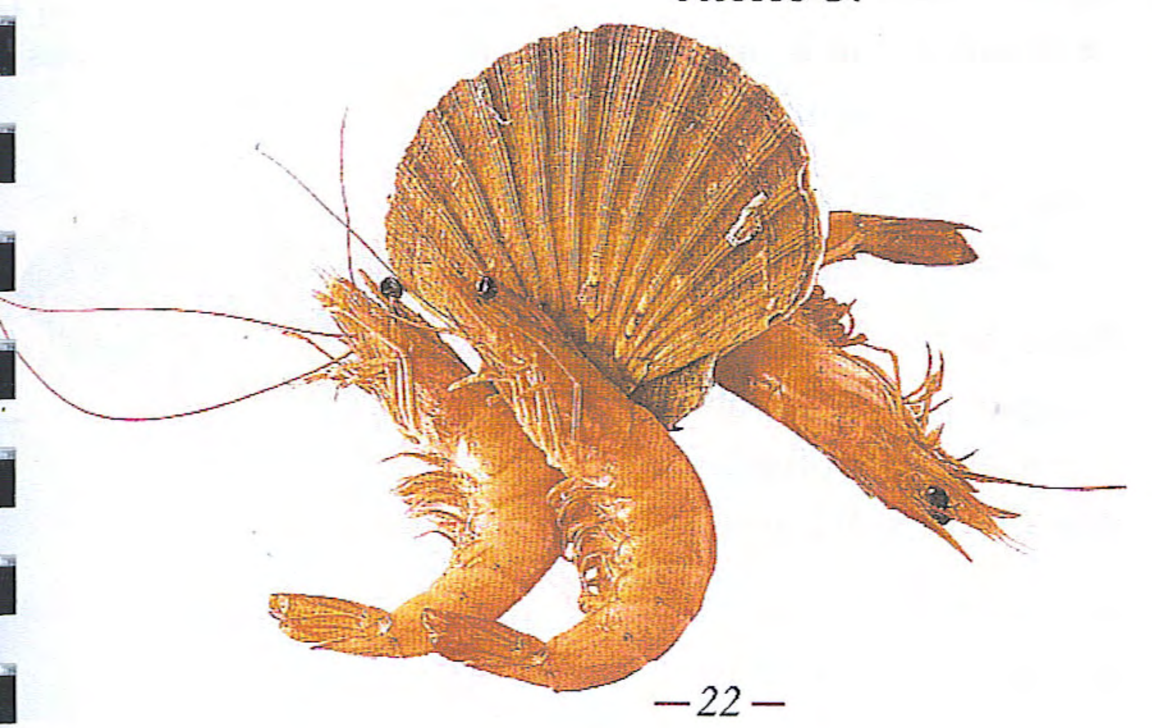
Bretagne-Normandie

12 coquilles Saint-Jacques avec corail
1 petite boîte de concentré de tomates
½ gobelet de vin blanc sec
2 c. à soupe de crème fraîche
1 gousse d'ail
50 g d'oignon
sel, poivre
2 brins d'estragon

Séparer les noix du corail.

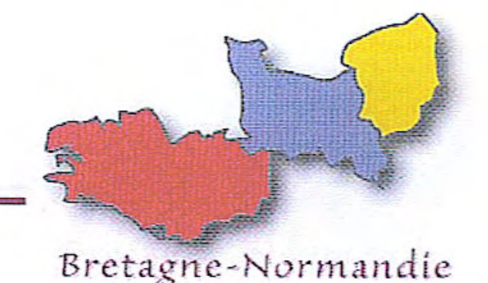
Mettre le corail, le concentré de tomates, l'ail, l'oignon, le vin blanc, le sel et le poivre dans le bol. Placer les noix dans le panier cuisson du Thermomix et le mettre dans le bol. Cuire ***28 mn à 90°C, vitesse 3.***

A la fin de la cuisson, ajouter la crème fraîche et l'estragon dans le bol et poursuivre la cuisson ***3 mn à 90°C, vitesse 3.***



Lotte à l'Armoricaine

Temps de préparation : Thermomix 23 mn



6 filets de lotte
quelques gambas
1 bocal de moules
250 g de champignons
2 blancs de poireaux
2 c. à soupe de crème fraîche
50 g de maïzena

Pour la sauce :
1 petite boîte de bisque de homard
1 gobelet ½ de vin blanc sec
1 gobelet d'eau
½ gobelet de jus de moules du bocal
40 g de beurre
1 échalote
1 pincée de sel
1 pointe de piment de Cayenne (facultatif)



*Jeter les blancs de poireaux sur les couteaux **5 sec à vitesse 4** et les mettre en attente dans le panier de cuisson.*

*Introduire tous les ingrédients de la sauce dans le bol et mixer **20 sec à vitesse 6**.*

Mettre le panier dans le bol.

Dans le Varoma, séparer les champignons des moules en laissant des trous libres pour le passage de la vapeur.

Disposer les filets de lotte et les gambas dans le plateau du Varoma.

*Programmer **20 mn à température Varoma, vitesse 4** (prolonger la cuisson de quelques minutes si vous utilisez de la lotte surgelée).*

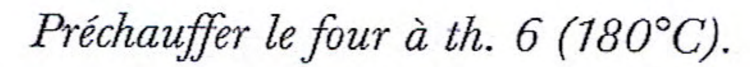
A la fin de la cuisson, retirer le Varoma et le panier cuisson.

*Ajouter la crème fraîche à la sauce, faire tourner les couteaux à **vitesse 8** et introduire la maïzena. Programmer **2 mn 30 à 90°C, vitesse 5**.*

Disposer le poisson dans un plat de service avec les champignons, les moules et les gambas et napper de sauce.



Gâteau Breton



Temps de préparation : Thermomix 6 mn +
Temps de cuisson au four 40 mn

200 g de sucre semoule
300 g de farine
5 jaunes d'œufs
¼ de gobelet de lait
1 pincée de sel
250 g de beurre demi sel mou
1 c. à soupe de Calvados



Préchauffer le four à th. 6 (180°C).

Dans le bol du Thermomix, mettre le sucre, 4 jaunes d'œufs et une pincée de sel. Mixer ***30 sec à vitesse 4****. Racler les parois du bol avec la spatule pour faire glisser le mélange sur les couteaux et mixer à nouveau* ***2 mn à vitesse 4****.*

Ajouter le beurre en morceaux et le Calvados et mixer ***20 sec à vitesse 5****.*

Ajouter la farine et mixer ***2 mn sur position Epi****. Terminer en mixant* ***10 sec à vitesse 5*** *afin d'obtenir une pâte homogène.*

Beurrer un moule à manquer et y verser la préparation. Lisser le dessus de la pâte à la spatule et faire des croisillons en diagonale avec une fourchette.

Dans le bol mettre le dernier jaune d'œuf et le lait et mixer ***20 sec à vitesse 5****. Etaler ce mélange sur la surface du gâteau.*

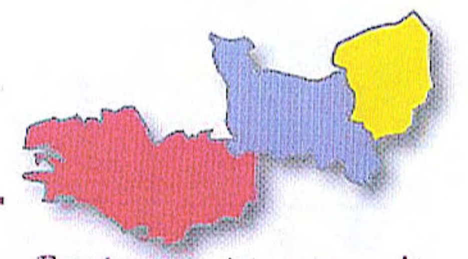
Cuire au four environ 40 mn à thermostat 6 (180°C).

Conseil

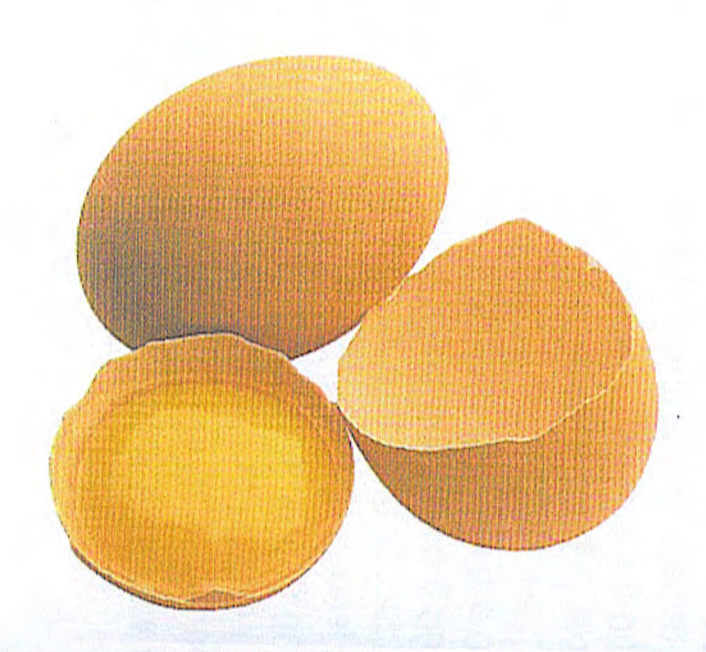
Vous pouvez servir ce gâteau en dessert avec une crème ou à l'heure du thé avec de la confiture.

Far Breton aux pruneaux

Temps de préparation : Thermomix 1 mn +
Temps de macération 1h + Temps de cuisson au four 1h



300 g de pruneaux dénoyautés
1 gobelet de sucre semoule
2 gobelets de farine
4 œufs
½ gobelet de rhum (ambré de préférence)
5 gobelets de lait
1 pincée de sel
20 g de beurre pour le moule



Faire tremper les pruneaux et le rhum dans un bol pendant 1h.

Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Egoutter les pruneaux et conserver le jus restant.

*Dans le bol du Thermomix, mettre tous les autres ingrédients ainsi que le jus de macération et mixer **1 mn à vitesse 3**.*

Beurrer un plat à four et y verser la préparation. Disposer les pruneaux égouttés sur la pâte et les enfoncer légèrement.

Cuire au four environ 1h à thermostat 6 (180°C). La lame du couteau doit ressortir sèche.

Tarte Normande

Temps de préparation : Thermomix 50 sec +
Temps de macération 30 mn + Temps de cuisson 40 mn



4 à 5 pommes (Boskoop de préférence)
1 verre à liqueur de Calvados
100 g de sucre
3 jaunes d'œufs
1 sachet de sucre vanillé
200 g de crème fraîche
50 g d'amandes effilées

Pour la pâte sablée :
250 g de farine
1 gobelet ½ de sucre glace
130 g de beurre
¼ de gobelet de lait
2 jaunes d'oeufs
1 pincée de sel

Eplucher et couper les pommes en quartiers et les mettre à macérer pendant 30 mn dans le Calvados.

Préparer la pâte sablée. Mettre tous les ingrédients dans le bol et mixer ***20 sec à vitesse 6****. Sortir la pâte et l'étaler dans un plat à tarte fariné.*

Préchauffer le four à thermostat 7 (210°C).

Disposer les pommes égouttées sur la pâte (garder le jus de macération) et saupoudrer de 20 g de sucre.

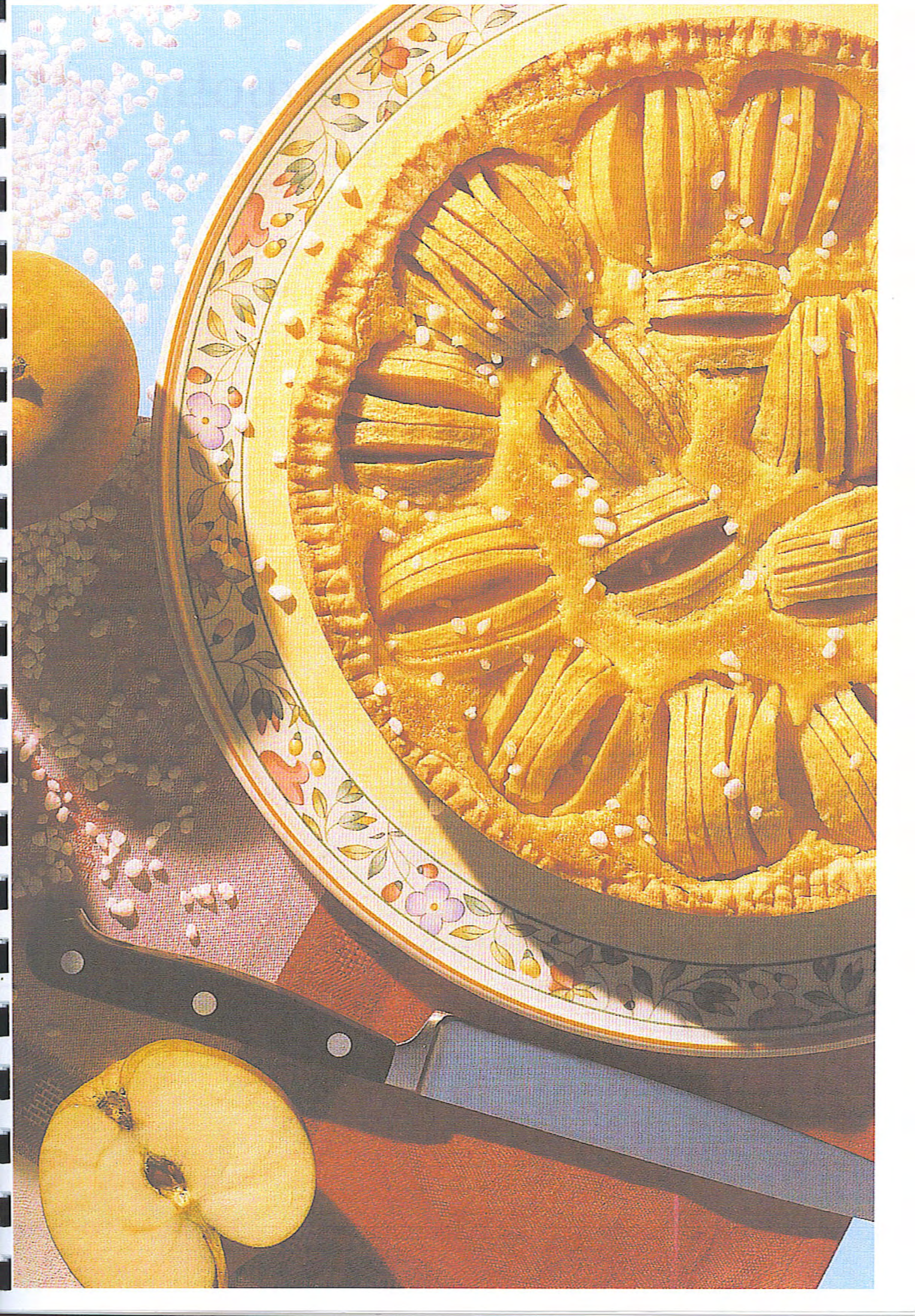
Cuire au four pendant 25 à 30 mn à thermostat 7 (210°C).

Pendant ce temps, introduire dans le bol les 80 g de sucre restants, les jaunes d'œufs, le sucre vanillé, la crème fraîche et le jus de macération des pommes. Mixer ***30 sec à vitesse 6****.*

A la fin de la cuisson, verser cette préparation sur les pommes et parsemer d'amandes effilées.

Faire cuire à nouveau au four pendant 10 mn environ.

Servir tiède ou froid.



Andouillettes au Vouvray

Temps de préparation : 7 mn + Thermomix 29 mn



4 andouillettes
800 g de pommes de terre
2 échalotes
3 gobelets de Vouvray (ou vin blanc sec)
1 c. à soupe de moutarde
2 c. à soupe de crème fraîche
250 g de champignons
30 g de maïzena
1 c. à soupe d'huile
sel et poivre

Eplucher les pommes de terre et les couper en dés. Emincer les champignons.

Faire tourner les couteaux du Thermomix à ***vitesse 6*** *et y jeter les échalotes épluchées.*

Ajouter l'huile d'olive dans le bol et régler ***2 mn ½ à 90°C, vitesse 2****.*

Pendant ce temps poêler les andouillettes.

A l'arrêt de la minuterie, ajouter le Vouvray et 1 gobelet d'eau. Déposer les pommes de terre dans le panier et le mettre dans le bol. Déposer les andouillettes sur le plateau du Varoma et les champignons émincés dans le fond du Varoma. Programmer ***20 mn à température Varoma, vitesse 2****.*

A la fin de la cuisson, sortir les légumes et les andouillettes et les garder au chaud.

Mettre dans le bol la maïzena, la crème fraîche, la moutarde, le sel et le poivre pour lier la sauce. Régler ***6 mn à 90°C, vitesse 3****.*

Servir aussitôt les andouillettes, les légumes et la sauce.



Canistrellis



Temps de préparation : Thermomix 1 mn +
Temps de cuisson au four 23 mn

250 g de farine tamisée
100 g de sucre en poudre
1 sachet de levure chimique
1 c. à soupe bombée d'anis vert en poudre
50 g d'huile
80 g de vin blanc sec
1 pincée de sel

Mettre tous les ingrédients dans le bol et mixer ***1 mn à vitesse 3.*** *Sortir la pâte et la laisser reposer 10 mn.*

Préchauffer le four à thermostat 6.5 (200°C).

Etaler la pâte sur une épaisseur d'environ 8 mm et découper des formes de losanges ou de rectangles. Enfourner sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et cuire au four 18 mn à thermostat 6.5 (200°C). Monter la plaque en haut du four et prolonger la cuisson 5 mn.

Laisser refroidir.

Conseil
Ces petits gâteaux secs parfumés se servent idéalement à l'heure du thé.

Clafoutis de tomates cerises à la brousse



Temps de préparation : Thermomix 2 mn +
Temps de cuisson au four 30 mn

300 g de brousse fraîche
(fromage frais de brebis)
50 g de parmesan entier
2 œufs + 2 jaunes d'œufs
300 g de lait entier
100 g de farine
300 g de tomates cerises
1 gousse d'ail
16 feuilles de basilic
6 feuilles de menthe
50 g d'huile d'olive
sel et poivre



Préchauffer le four à thermostat 7 (210°C).

Frotter d'ail un plat à gratin puis le badigeonner d'huile d'olive.

*Mettre dans le bol du Thermomix le parmesan coupé en morceaux et mixer **1 mn à vitesse 9**.*

*Ajouter la farine, les œufs entiers et les jaunes, le lait, la brousse, 40 g d'huile d'olive, le sel et le poivre. Mixer **1 mn à vitesse 6** en montant à **vitesse 9** les 10 dernières secondes.*

*Ajouter 10 feuilles de basilic et la menthe ciselée. Mixer **10 sec à vitesse 3 ½**.*

Verser la pâte dans le plat à gratin et poser les tomates cerises dessus.

Cuire au four 30 mn environ à thermostat 7 (210°C). Vérifier la cuisson avec une lame de couteau qui doit ressortir sèche.

A la sortie du four, parsemer le clafoutis du reste de feuilles de basilic ciselées et servir.

Montbéliard à la crème de lentilles

Temps de préparation : Thermomix 33 mn

Franche-Comté

4 saucisses de Montbéliard
300 g de lentilles blondes
1 oignon
1 bouquet garni
1 bouillon cube
2 c. à soupe de crème fraîche
10 g de beurre
sel et poivre



Faire tourner le Thermomix à ***vitesse 7*** *et jeter l'oignon dans le bol. Ajouter le beurre et programmer* ***2 mn à 80°C, vitesse 1****.*

Ajouter le bouquet garni, le bouillon cube et les lentilles et couvrir de 800 g d'eau.

Déposer les saucisses dans le Varoma et le poser sur le bol.

Programmer ***5 mn à température Varoma, vitesse 1*** *puis* ***25 mn à 80°C, vitesse 1****.*

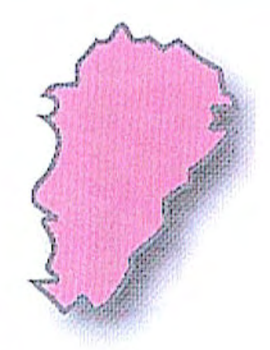
A la fin de la cuisson, égoutter les lentilles et les mixer dans le bol avec un peu de jus de cuisson et la crème fraîche.

Verser la crème de lentilles dans des assiettes chaudes et disposer les saucisses coupées en rondelles dessus.



Cancoillote

Temps de préparation : Thermomix 9 mn



Franche-Comté

250 g de metton (fromage de Franche-Comté)
80 g de beurre ou margarine allégée
1 gousse d'ail (facultatif)
350 g de liquide (lait, eau ou vin blanc)
1 pincée de sel

Mettre le metton, le sel et l'ail dans le bol et mixer ***10 sec à vitesse 9****.*

Ajouter le liquide et programmer ***8 mn à 80°C, vitesse 4****.*

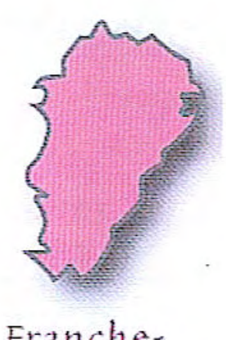
Mixer ***20 sec à vitesse 9****.*
Ajouter la matière grasse et mixer ***30 sec à vitesse 5****.*

Conseil

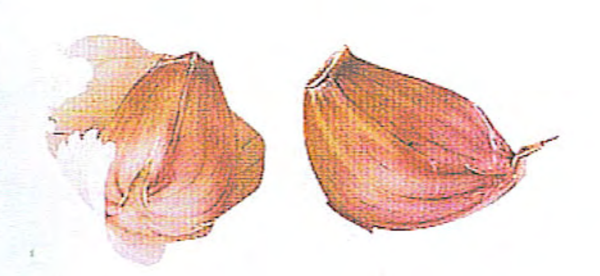
Vous pouvez déguster la cancoillote froide avec du pain, chaude avec des galettes de pommes de terre ou avec des pommes de terre en robe des champs.

Purée d'ail frais

Temps de préparation : Thermomix 26 mn



6 pommes de terre à purée
3 têtes d'ail (environ 20 gousses)
½ gobelet de lait
1 gobelet de crème fraîche
sel et poivre
500 g d'eau



Eplucher et laver les pommes de terre. Les couper en dés de 3 cm.

Faire cuire dans le bol avec le fouet l'eau salée et les pommes de terre ***20 mn à température Varoma, vitesse 1.***

Après 10 mn de cuisson, ajouter les gousses d'ail pelées.

Egoutter les pommes de terre et l'ail dans le panier du Thermomix et réserver.

Faire chauffer dans le bol le lait, la crème, le sel et le poivre ***5 mn à 100°C, vitesse 1****. Remettre le fouet et ajouter les pommes de terre et l'ail. Mixer environ* ***50 sec à vitesse 3*** *et servir aussitôt.*

Conseil

Cette purée accompagne très bien les pigeons rôtis, gibiers ou saucisses grillées et peut se servir avec un vin de pays assez corsé.

Pithiviers

Temps de préparation : 8 mn + Thermomix 3 mn +
Temps de repos 1 h + Temps de cuisson au four 25 mn

Ile-de-France

Pour la pâte feuilletée
(pour 2 préparations) :
300 g de farine
250 g de beurre
1 gobelet d'eau
1 c. à café de sel

Pour la crème d'amandes :
1 œuf + 1 jaune
125 g de poudre d'amande
125 g de beurre
125 g de sucre en poudre
1 c. à soupe rase de farine
1 c. à soupe de rhum
1 c. à café d'eau de fleur
d'oranger

Préparer la pâte feuilletée. Mettre dans le bol du Thermomix la farine, 200 g de beurre et le sel. Mixer de ***vitesse 1 à 8*** *en versant l'eau par l'orifice du couvercle puis monter jusqu'à* ***vitesse 10*** *afin d'obtenir une pâte lisse.*

Etaler la pâte sur un plan de travail fariné. Avec un économe, faire des copeaux avec les 50 g de beurre restants et les disposer sur la pâte. Rouler la pâte en forme de boudin bien serré puis la rouler en escargot. Laisser reposer 30 mn.

Couper l'escargot en deux. Superposer les deux parties et étaler à nouveau la pâte. La séparer ensuite en deux boules (conserver la deuxième pour une autre recette ou la mettre au congélateur).

Pendant ce temps, préparer la crème d'amandes. Mettre dans le bol l'oeuf entier, le jaune, le beurre et le sucre. Mixer ***10 sec à vitesse 6*** *puis* ***1 mn à 70°C, vitesse 6.***

Ajouter la poudre d'amande, le rhum, la farine et l'eau de fleur d'oranger et mixer ***10 sec à vitesse 4*** *jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.*

Verser dans un bol et faire raffermir au réfrigérateur.

Préparer le Pithiviers. Séparer la pâte feuilletée en deux boules et les étaler sur 27 cm de diamètre. Poser un disque sur la plaque du four recouverte d'un papier sulfurisé. Badigeonner le tour du disque à l'œuf battu puis étaler la crème d'amandes du centre vers l'extérieur en s'arrêtant à 2 ou 3 cm du bord.

Placer le deuxième disque dessus et presser les bords avec les doigts mouillés afin de souder les deux pâtes.

Badigeonner le dessus à l'œuf battu. Dessiner à la pointe du couteau des arcs de cercle en partant du centre pour le décor.

Recouvrir d'aluminium et laisser au réfrigérateur 30 mn.



Préchauffer le four à thermostat 8 (240°C) pendant 10 mn puis réduire à thermostat 6-7 (180-200°C).

Cuire le gâteau à thermostat 6-7 (180-200°C) 20 mn environ, saupoudrer de sucre glace et remettre au four 5 mn.

Servir tiède.

Pain de Vienne

Temps de préparation : Thermomix 3 mn + Temps de levage 1 h + Temps de cuisson au four 25 mn



500 g de farine blanche
250 g d'eau tiède
50 g d'huile d'olive
4 c. à café de sel
25 g de levure de boulanger fraîche

*Mettre dans le bol l'eau et la levure émiettée. Mixer **1 mn à 50°C, vitesse 2**.*

*Ajouter l'huile d'olive, la farine et le sel et pétrir **2 mn sur position Epi** en s'aidant de la spatule pour faire retomber la farine sur les couteaux.*

Mettre la pâte dans un saladier et la laisser reposer environ 30 mn.

Travailler la pâte pour faire sortir l'air et la couper en 4 morceaux. Etaler chaque morceau au rouleau à pâtisserie et les rouler sur eux-mêmes pour former de gros cigares. Laisser reposer à nouveau 30 mn.

Préchauffer le four à thermostat 8 (240°C) et cuire environ 25 mn.

Conseil

Ce pain a un aspect très raffiné qui le rapproche de la viennoiserie.
Vous pouvez le parfumer avec des herbes fraîches à ajouter à la pâte avant la cuisson.

Riz façon Méditerranéenne

Temps de préparation : Thermomix 29 mn



6 gousses d'ail
cubes ½ de bouillon de légumes
bouquet de persil
0 g de jus d'orange
50 g de jus de citron
00 g d'eau
2 doses de safran
c. à café de piment doux
100 g d'huile d'olive
00 g de poivrons verts
100 g de poivrons rouges
00 g de tomates concassées
00 g de haricots frais ou congelés en morceaux
00 g de petits artichauts frais ou congelés coupés en quatre
00 g de choux-fleurs frais
100 g de petits pois frais ou congelés
100 g de courgettes
100 g de champignons coupés en lamelles
350 g de riz

Mettre 4 gousses d'ail dans le bol, le persil et les cubes de bouillon et mixer ***15 sec à vitesse 4****. Ajouter les jus de fruits, 800 g d'eau, le safran et le piment et mixer* ***20 sec à vitesse 8****. Réserver ce mélange dans un saladier.*

Sans laver le bol, mettre l'huile, les poivrons coupés en gros morceaux, les tomates et 2 gousses d'ail et mixer ***8 sec à vitesse 3 ½****. Faire cuire ensuite* ***5 mn à 100°C, vitesse 1.***

Mettre le fouet dans le bol. Ajouter les autres légumes et faire cuire ***7 mn à 100°C, vitesse 1.***

Ajouter le riz et faire cuire ***3 mn à 100°C, vitesse 1****. Ajouter le liquide réservé dans le saladier et régler* ***13 mn à température Varoma, vitesse 1.***

Verser le tout dans un grand plat large et bien étaler le riz.



Daube de canard au Madiran

Temps de préparation : Thermomix 35 mn + Marinade 24h



Midi-Pyrénées

4 filets de canard dégraissés de 300 g chacun (aiguillettes)
1 bouteille de Madiran
1 oignon
2 carottes
125 g de champignons
1 c. à soupe de graisse de canard
1 c. à soupe d'Armagnac
1 clou de girofle
2 c. à café de poivre vert en grain
1 c. à café de thym
12 baies de genièvre
2 carrés de chocolat noir
2 c. à soupe de farine
sel et poivre



La veille, faire mariner dans une terrine les filets de canards dégraissés et coupés en morceaux avec les aromates (oignon, carottes, champignons, thym, clou de girofle, 1 c. à café de poivre vert, genièvre). Recouvrir avec le Madiran.

Le lendemain, égoutter les morceaux de canard et filtrer la marinade.

Mettre la graisse de canard et les légumes de la marinade dans le bol et faire chauffer ***4 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Mettre le fouet dans le bol et ajouter le canard et 2 c. à soupe de farine.
Mélanger ***1 mn à vitesse 1****.*

Verser ensuite les ⅔ de la marinade, l'Armagnac, le chocolat, 1 c. à café de poivre vert, le sel et le poivre.
Programmer ***30 mn à 100°C, vitesse 1****.*

5 mn avant la fin de la cuisson, vérifier la consistance de la sauce et ajouter de la marinade si la sauce semble trop épaisse.

Conseil

Vous pouvez servir ce plat avec une purée de légumes assortis (pommes de terre, carottes, céleri).

Gratin d'agneau à la Toulousaine

Temps de préparation : 4 mn + Thermomix 10 mn +
Temps de cuisson au four 10 mn



Midi-Pyrénées

Pour 6 personnes
400 g d'épaule d'agneau désossée à demi congelée (ou autre viande)
2 grandes boîtes de haricots blancs nature
60 g de beurre
1 gros oignon
1 à 2 gousses d'ail
1 échalote
2 pincées de cumin
persil
½ gobelet de chapelure
sel et poivre

Verser dans le bol du Thermomix les haricots blancs et le sel. Mixer ***5 sec à vitesse 8*** *et verser le mélange dans un saladier.*

Mettre dans le bol l'oignon, l'ail, l'échalote et 30 g de beurre.
Mixer ***5 sec à vitesse 4*** *puis programmer* ***5 mn à 80°C, vitesse 1****.*

Couper la viande en gros cubes et les jeter sur les couteaux du Thermomix à ***vitesse 8****.*

Ajouter le cumin, le sel et le poivre et programmer ***5 mn à 80°C, vitesse 1****.*

Au dernier moment, ajouter le persil.

Dans un plat à four beurré, verser la moitié de la purée de haricots puis la viande hachée et le reste de haricots. Saupoudrer de chapelure et ajouter quelques noisettes de beurre.

Ajouter éventuellement une sauce piquante pour relever.

Faire gratiner au four environ 10 mn.



Nord-Pas-de-Calais-Picardie

Tarte au maroilles

Temps de préparation : Thermomix 3 mn + Temps de levage 1h + Temps de cuisson au four 20 mn

Pour 2 tartes
1 maroilles (environ 700 g)
20 g de levure de boulanger fraîche
1 gobelet de crème fraîche
½ gobelet de lait
100 g de beurre
3 œufs
350 g de farine
2 c. à café de sucre
sel et poivre

Mettre dans le bol le lait, la crème fraîche, la levure émiettée et le sucre. Régler ***1 mn à 50°C, vitesse 3****.*

Ajouter le beurre, les œufs, la farine et ½ c. à café de sel.

Pétrir ***2 mn sur position Epi****.*

Etaler cette pâte avec la spatule dans deux plats à tarte beurrés et laisser lever 1h.

Un quart d'heure avant la fin du temps de levage, préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Retirer la peau du maroilles et le couper en lamelles.

Recouvrir les pâtes levées de maroilles et poivrer.

Cuire au four 20 mn à thermostat 6 (180°C).

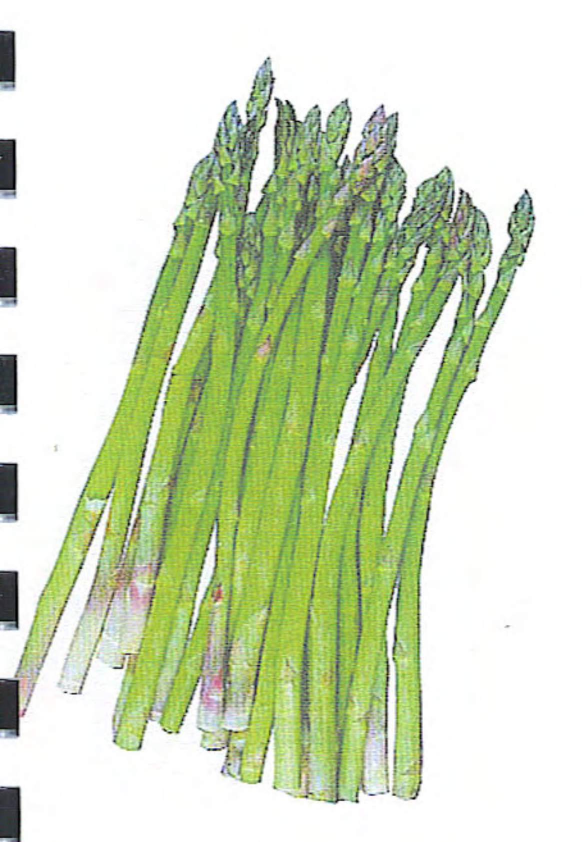
Soufflé aux asperges

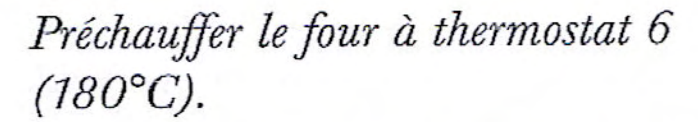
Temps de préparation : Thermomix 26 mn +
Temps de cuisson au four 15 mn



Pays
de Loire

200 g de pointes d'asperges (1 kg d'asperges) fraîches ou en bocal (cuisson plus rapide)
4 œufs
3 gobelets ½ de lait écrémé
1 gobelet ½ de maïzena
2 portions de « vache qui rit »
sel et poivre





Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Mettre de l'eau dans le bol jusqu'au niveau des couteaux. Insérer le panier dans le bol et y déposer les pointes d'asperges (le reste des asperges peut être utilisé pour une autre entrée ou un potage).

*Programmer **10 mn à température Varoma, vitesse 1** pour des asperges en bocal et **20 mn** pour des asperges fraîches.*

Vider le bol et réserver les asperges cuites.

*Mettre dans le bol le lait et la maïzena et régler **3 mn à 100°C, vitesse 4**. Ajouter les jaunes d'œufs, le fromage, le sel et le poivre. Mixer **10 sec à vitesse 4**. Verser la préparation dans un saladier et laver le bol du Thermomix.*

*Placer le fouet dans le bol et mettre les 4 blancs d'œufs. Mixer **3 mn ½ à vitesse 2.5**.*

Mélanger délicatement les blancs d'œufs en neige à la préparation et ajouter les pointes d'asperges réservées.

Répartir le mélange dans 4 ramequins et cuire au four 12 à 15 mn à thermostat 6 (180°). Servir aussitôt.

Olivette de Marseille

Temps de préparation : 5 mn + Thermomix 1 mn 40 +
Temps de levage 30 mn + Temps de cuisson au four 15 mn

Provence-Alpes-Côte d'Azur

15 g de levure de boulanger fraîche
2 gobelets d'eau
40 g d'huile d'olive
350 g de farine
sel
200 g d'olives noires dénoyautées
150 g de gruyère râpé
1 œuf

Mettre la levure et 1 gobelet d'eau dans le bol et mixer ***10 sec à vitesse 4****.*

Ajouter la farine, l'huile d'olive, le sel et 1 autre gobelet d'eau. Pétrir ***1 mn sur position Epi****.*

Ajouter les olives dénoyautées et 50 g de gruyère râpé. Pétrir ***30 sec sur position Epi****.*

Déposer la pâte dans un saladier et la laisser lever pendant 30 mn.

Préchauffer le four à thermostat 7 (210°C)

Battre l'œuf dans une assiette et déposer 100 g de gruyère dans une autre assiette.

Façonner des petites boules de pâte et les passer dans l'œuf puis dans le gruyère râpé puis les déposer sur une plaque allant au four recouverte de papier sulfurisé.

Cuire au four 15 mn à thermostat 7 (210°C).

Conseil

Vous pouvez servir les olivettes en apéritif ou en guise de petits pains ou augmentant un peu la taille des boules.

Ratatouille

Temps de préparation : Thermomix 50 mn



Provence-Alpes-Côte d'Azur

1 oignon
1 échalote
1 gousse d'ail
100 g de lardons
1 petite courgette
2 petites aubergines
4 tomates bien mûres
1 petit poivron rouge
20 g d'huile d'olive
herbes (de Provence, persil)
sel et poivre

Dans le bol mettre l'oignon coupé en quatre, l'échalote et l'ail et donner ***3 pulsions de Turbo.***

Ajouter les lardons et l'huile et faire revenir ***5 mn à 100°C, vitesse 1.***

Pendant ce temps, laver et découper les légumes en petits cubes.

A l'arrêt de la minuterie, ajouter les légumes et les herbes et faire cuire environ ***45 mn à 100°C, vitesse 1.***



Velouté de poivrons

Temps de préparation : Thermomix 8 mn



Provence-Alpes-Côte d'Azur

5 poivrons
2 gousses d'ail
5 cl d'huile d'olive ou 5 cl de crème fraîche
sel et poivre

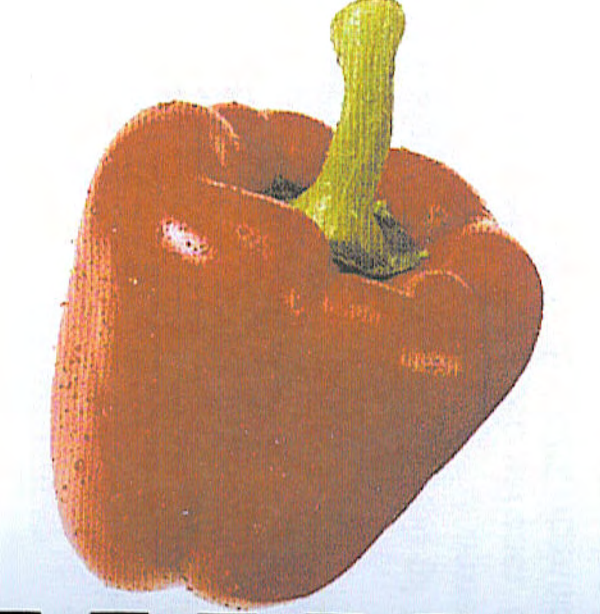
Peler, épépiner et laver les poivrons.

Les déposer en morceaux dans le bol avec les gousses d'ail, le sel et le poivre.
Mixer ***20 sec à vitesse 5*** *en s'aidant de la spatule.*

Programmer ***5 à 6 mn à 100°C, vitesse 2,5****. Vérifier l'assaisonnement.*

Mixer environ ***30 sec à vitesse turbo****.*

Ajouter l'huile d'olive ou la crème fraîche et mixer ***1 mn à vitesse turbo****.*



Conseil

Vous pouvez déguster ce velouté en soupe ou en accompagnement de viande ou poisson.

Pommes de terre au lard

Temps de préparation : Thermomix 25 mn



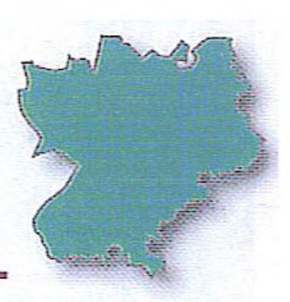
1 kg de pommes de terre à chair ferme
3 tranches de poitrine de porc plate ou 200 g de lardons
4 gobelets d'eau
3 c. à soupe d'huile d'olive ou 2 c. de graisse de canard
1 oignon
1 cube de volaille
muscade, gingembre
sel et poivre

*Emincer l'oignon et le mettre dans le bol avec l'huile ou la graisse de canard. Faire revenir **5 mn à 90°C, vitesse 1**.*

Mettre le fouet dans le bol. Ajouter les pommes de terre épluchées et coupées en dés, la poitrine coupée en lamelles ou les lardons, les aromates et 4 gobelets d'eau.

*Cuire **20 mn à 90°C vitesse 1**.*





Rhône-Alpes

Terrine Bressane

Temps de préparation : Thermomix 15 sec +
Temps de cuisson au four 2h30

250 g d'escalope de poulet
200 g de lardons fumés
150 g de chair à saucisse
200 g de foies de volaille
1 oeuf
1 oignon
1 gousse d'ail
1 poignée de persil
1 c. à soupe de Cognac
quelques bardes de lard gras
1 feuille de laurier
1 c. à café de poivre vert ou
1 poignée de pistaches décortiquées
sel et poivre

Préchauffer le four à thermostat 5 (150°C).

Faire tourner les couteaux du Thermomix à ***vitesse 8*** *et jeter les ingrédients sur les couteaux (excepté le laurier et les bardes de lard). Arrêter l'appareil lorsque vous obtenez un mélange homogène.*

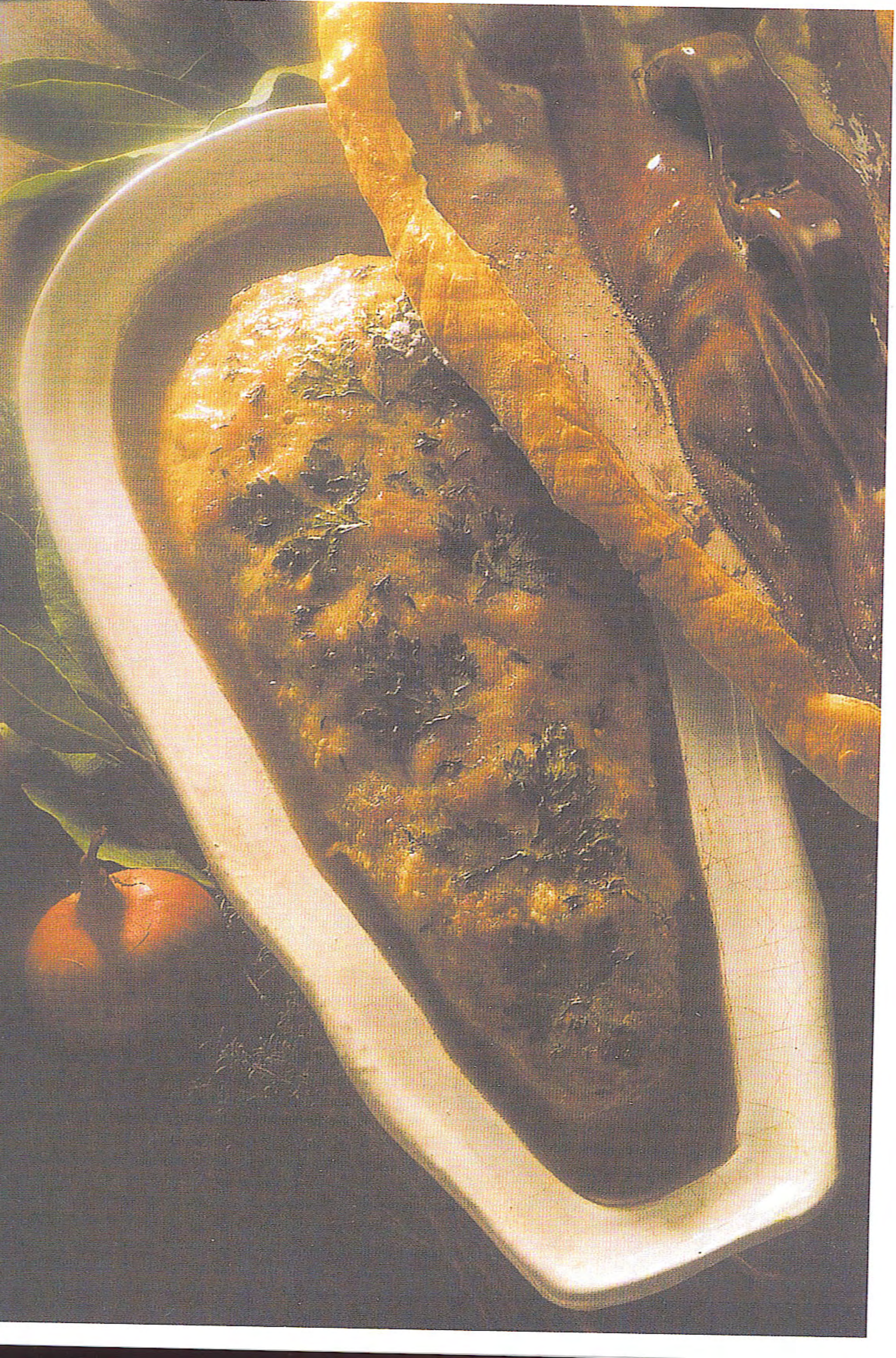
Garnir une terrine des bardes de lard et la remplir de la préparation. Bien tasser et mettre la feuille de laurier dessus. Couvrir la terrine et souder les bords avec un mélange de farine et d'eau.

Cuire au four au bain-marie environ 2h30 à thermostat 5 (150°C).

Laisser refroidir avant d'ouvrir et démouler.

Conseil

Pour un résultat plus raffiné, vous pouvez hacher la moitié du poulet et des foies de volaille et couper l'autre moitié en fines lamelles. Faîtes revenir les foies de volaille dans du beurre et flambez les au Cognac. Ajouter des cèpes ou des girolles émincées à la préparation.



Fondue Savoyarde

Temps de préparation : Thermomix 6 mn



Pour 3 ou 4 personnes
450 g de fromages de 2 ou trois sortes (comté, beaufort, emmental)
2 gobelets de vin blanc sec
1 gousse d'ail
½ à 1 c. à soupe de kirsch
poivre

Couper tous les fromages en morceaux et les mixer par petites quantités pendant ***quelques secondes*** *en augmentant progressivement la* ***vitesse de 4 à 8****.*

Ajouter le vin, le kirsch et le poivre. Mixer quelques secondes et programmer ***5 mn à 90°C, vitesse 1****.*

Frotter d'ail un caquelon à fondue et y verser la préparation. Placer un réchaud au centre de la table et poser le caquelon dessus.

Tremper des morceaux de pain rassis aillé dans le fromage.





Gâteau de Savoie

Temps de préparation : Thermomix 5 mn +
Temps de cuisson au four 60 mn

Rhône-Alpes

300 g de farine
300 g de sucre
6 œufs
1 sachet de levure
1 c. à soupe de sucre vanillé ou d'amande amère

Préchauffer le four à thermostat 5 (150°C).

Poser le fouet dans le bol, mettre les blancs d'oeufs et une pincée de sel et mixer ***2 mn à vitesse 3,5****. Réserver les blancs montés en neige dans un saladier et rincer le bol.*

Remettre le fouet, puis les jaunes d'œufs, le sucre et ½ gobelet d'eau. Mixer ***1 mn 30 à vitesse 3****.*

Retirer le fouet et ajouter la farine, la levure et le parfum choisi. Pétrir ***1 mn 30 sur position Epi****.*

Mélanger délicatement cette préparation aux blancs en neige.

Cuire au four 60 mn à thermostat 5 (150°C).

Saupoudrer de sucre glace.

Conseil

Ce biscuit peut se servir accompagné d'une crème anglaise ou d'une mousse au chocolat mais aussi servir de génoise pour une autre recette.

Le Tour du Monde



Boulettes de viande à la sauce aux câpres

Temps de préparation : 5 mn + Thermomix 30 mn

Allemagne

Pour les boulettes :
¼ de baguette sèche
1 œuf
½ - ¾ c. à café de sel
¼ c. à café de poivre
1 oignon
200 g de chair à saucisse
200 g de viande hachée de bœuf
1 cube de bouillon de volaille

Pour la sauce :
350 g de bouillon (récupéré)
100 g de crème fraîche
1 c. à café de jus de citron
20 g de farine
½ c. à café de sel
¼ c. à café de poivre
¼ c. à café de câpres

Casser la baguette en plusieurs morceaux et les mettre dans le bol. Mixer ***30 sec à vitesse Turbo****.*

Eplucher l'oignon, le couper en quatre et le laisser tomber sur les couteaux tournant à ***vitesse 6****. Ajouter l'œuf, le sel et le poivre et mixer* ***20 sec à vitesse 4****.*

Ajouter la viande hachée et la chair à saucisse et mélanger ***15 sec à vitesse 4****.*
Verser la préparation dans un bol.
Former des petites boulettes et les disposer dans le panier de cuisson.

Verser 1 litre d'eau et le cube de bouillon de volaille dans le bol. Introduire le panier de cuisson avec les boulettes et régler ***25 mn à 100°C, vitesse 1****.*

A la fin de la cuisson, récupérer 350 g de bouillon et le verser dans le bol.
Réserver les boulettes au chaud.

Ajouter dans le bol le jus de citron, la crème, la farine, le sel et le poivre.
Régler ***4 mn à 100°C, vitesse 4****.*
Ajouter les câpres et continuer la cuisson ***30 sec à 100°C, vitesse 4****.*

Servir aussitôt accompagné de pâtes, de riz ou de pommes de terre.

Gâteau Streussel aux poires

Temps de préparation : Thermomix 45 sec +
Temps de cuisson au four 35 mn

Allemagne

Pour la pâte semi-feuilletée :
300 g de farine
150 g de beurre dur
½ c. à café de sel
1 gobelet d'eau froide

Pour la garniture :
800 g de poires
2 œufs
200 g de crème liquide
150 g de sucre

Pour le Streussel :
80 g de sucre
50 g de farine
80 g de beurre
80 g de poudre d'amande
cannelle

Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Préparer la pâte semi-feuilletée : mettre dans le bol le beurre dur, la farine, le sel et le gobelet d'eau froide. Mixer ***25 sec sur position Epi.***

Etaler la pâte dans un moule à tarte et y ranger les poires coupées en lamelles.

Préparer la garniture :

Mettre dans le bol les œufs, la crème liquide et le sucre. Mixer ***15 sec à vitesse 3.***

Verser ce mélange sur les poires.

Cuire au four pendant 15 à 20 mn à thermostat 6 (180°C) jusqu'à ce que le flan prenne.

Préparer le Streussel :

Mettre dans le bol tous les ingrédients et mixer ***quelques secondes à vitesse 3*** *jusqu'à l'obtention d'une pâte granuleuse. Emietter cette pâte sur la tarte aux poires.*

Cuire au four 5 mn à thermostat 6 (180°C), puis 10 mn à thermostat 7 (210°C) jusqu'à ce que le gâteau prenne une jolie couleur dorée.



Rote Grütze

Temps de préparation : Thermomix 10 mn



Allemagne

600 g de fruits rouges
2 gobelets ½ de vin blanc fruité
3 c. à soupe de maïzena
100 g de sucre (200 g si vous utilisez des fruits congelés)
1 sachet de sucre vanillé
1 c. à soupe de rhum

Mettre dans le bol 300 g de fruits rouges, le vin blanc, le rhum, la maïzena, le sucre vanillé et le sucre. Mixer ***20 sec à vitesse turbo****.*

Régler ***1 mn à 100°C, vitesse 4*** *puis* ***8 mn à 100°C, vitesse 2****.*

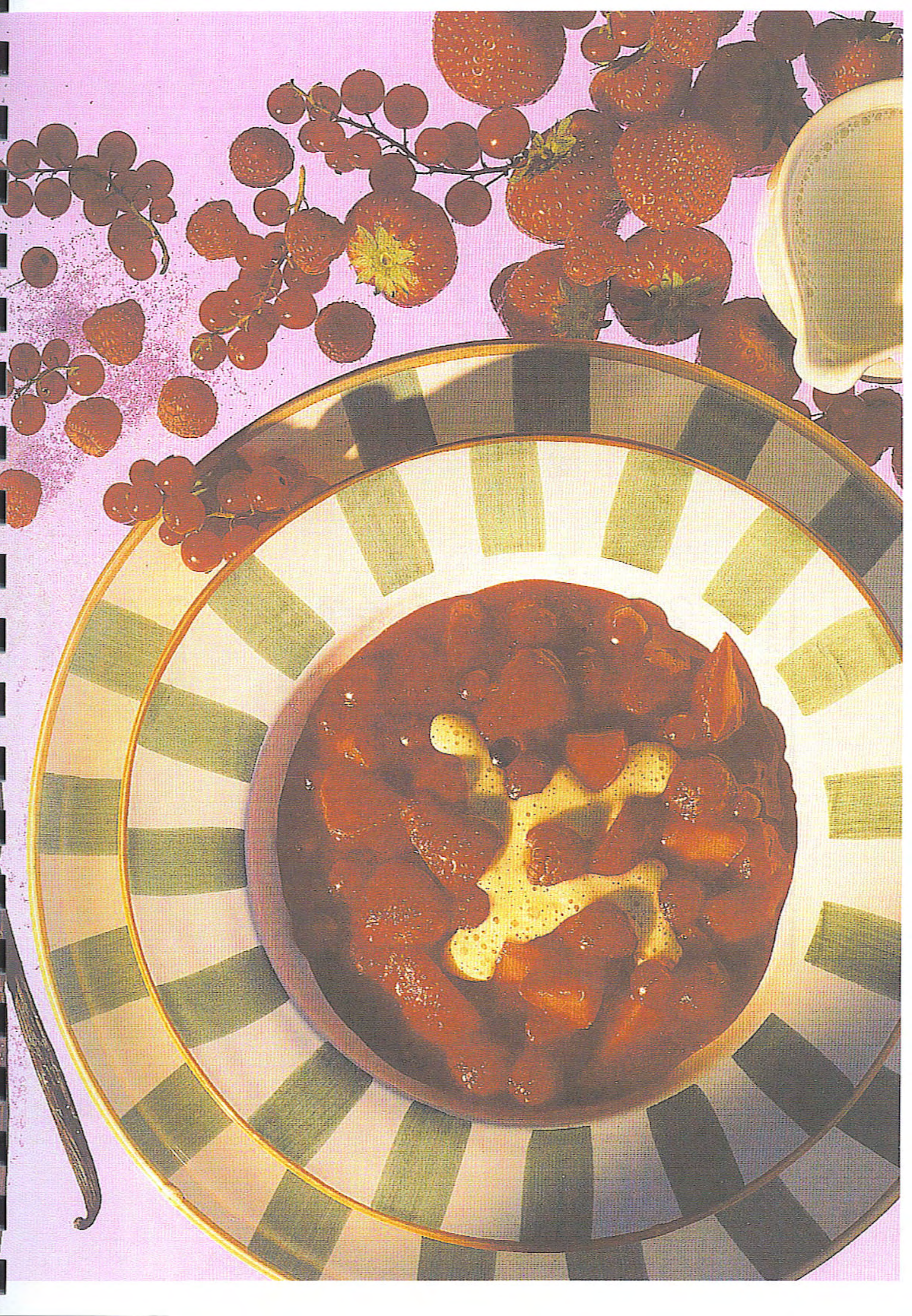
A la fin de la cuisson, ajouter le reste de fruits et mixer ***20 sec à vitesse 1****.*

Vider dans des coupes à dessert et placer au réfrigérateur pendant 2 h minimum. Servir très frais accompagné d'une crème anglaise à la vanille (voir page 170 du grand livre de recettes Thermomix).

Conseil

Si ce dessert est destiné aux enfants, le vin et le rhum peuvent être remplacés par du jus de cerise, de raisin ou de pomme.

On peut aussi remplacer le sucre par 180 g de miel.





Coleslaw

Temps de préparation : Thermomix 25 sec



Angleterre

200 g de chou blanc
100 g de cerneaux de noix sèches
1 oignon
1 pomme verte Grany
4 c. à soupe de mayonnaise
sel et poivre
1 c. à café de sucre en poudre
1 c. à café de vinaigre

Concasser les noix en les mixant dans le bol ***5 sec à vitesse 4****.*

Les réserver dans un ramequin. Mettre dans le bol le chou coupé grossièrement en morceaux, les quartiers de pommes épluchés et l'oignon coupé en 4.
Mixer ***15 sec à vitesse 4****.*

Ajouter les noix concassées et tous les autres ingrédients et mixer ***5 sec à vitesse 3****.*

Conseil

Cette recette anglaise est une salade fraîche et originale par ses saveurs sucrées salées.



Aubergines farcies

Temps de préparation : Thermomix 19 mn +
Temps de cuisson au four 50 mn

Espagne

500 g d'aubergines
(4 aubergines moyennes)
50 g d'huile d'olive
1 oignon moyen
1 gousse d'ail
8 gambas ou 16 crevettes
100 g de jambon de Bayonne
80 g de farine
25 g de beurre
70 g de gruyère
5 gobelets de lait
noix de muscade râpée
sel et poivre

Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).
Couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur. Les badigeonner d'huile d'olive et les mettre sur la grille du four. Cuire 30 mn à thermostat 6 (180°C).

Pendant ce temps, mixer le gruyère ***20 sec à vitesse 9****. Réserver.*

Mettre le jambon dans le bol du Thermomix et faire ***5 à 6 pulsions turbo****. Réserver.*

Décortiquer les gambas en gardant les têtes et les carapaces.

Mettre dans le bol 2 gobelets de lait avec les têtes et carapaces des gambas.
Programmer ***5 mn à 100°C, vitesse 5****.*
Passer le lait au tamis et réserver.

Nettoyer bien le bol et le couvercle du Thermomix. Faire tourner les couteaux à ***vitesse 6*** *et y jeter l'oignon et l'ail.*
Ajouter l'huile et le beurre et programmer ***7 mn à 100°C, vitesse 4****.*

Ajouter la farine, 3 gobelets de lait, le lait réservé, le sel et le poivre, la noix de muscade et une cuillérée du jambon coupé.
Programmer ***6 mn à 90°C, vitesse 5****.*



Retirer les aubergines du four et les disposer dans un ou deux plats à gratin selon la taille. Prélever la chair à l'aide d'une cuillère à soupe et la disposer au fond du plat entre les aubergines. Répartir dans les trous les gambas crues et le reste de jambon coupé. Couvrir avec la crème chaude, parsemer de gruyère râpé et remettre les aubergines au four.

Cuire au four 20 mn à thermostat 6 (180°C) afin que les gambas soient cuites et les aubergines gratinées.

Gazpacho

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 3 mn



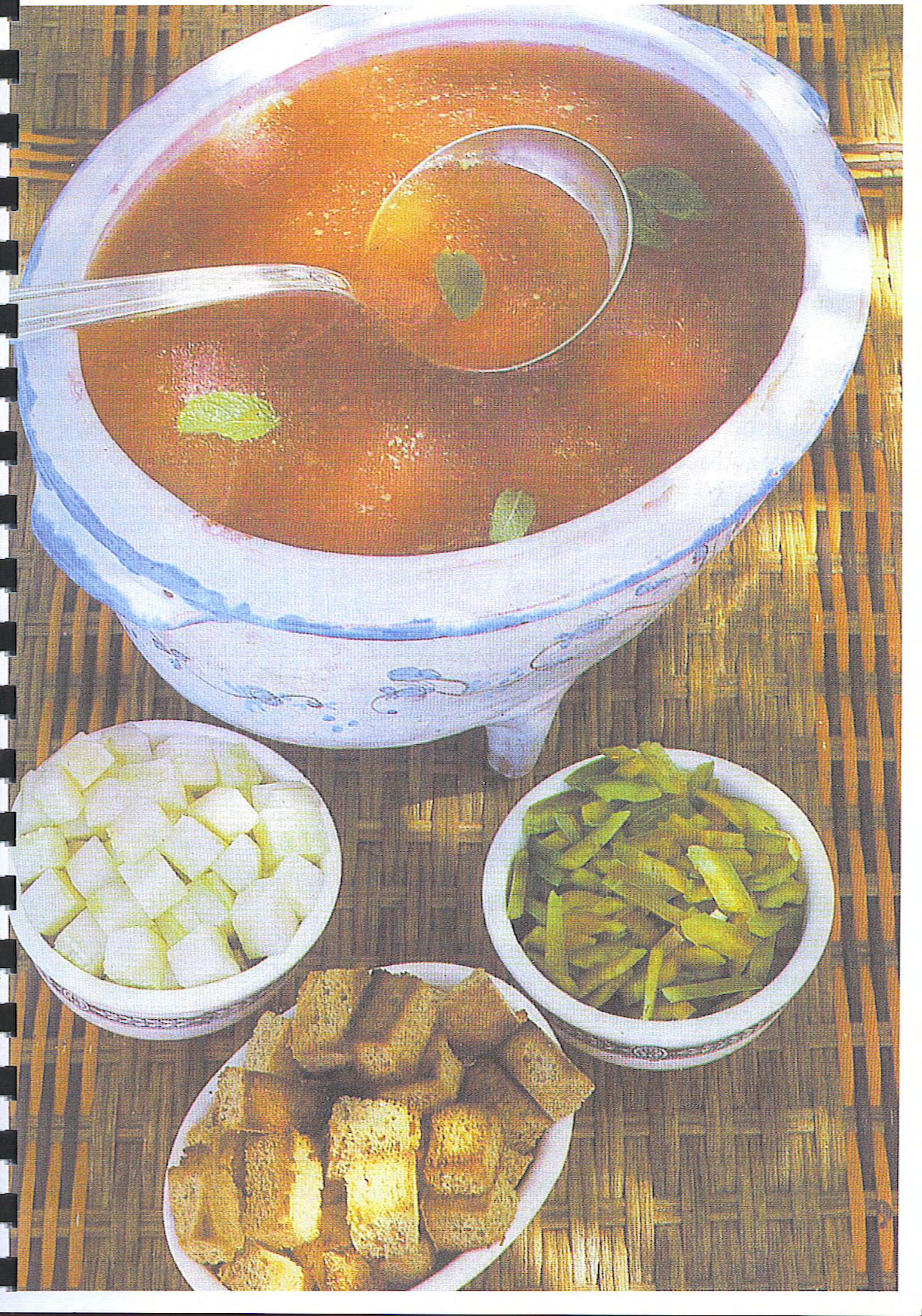
Espagne

1 kg de tomates bien mûres
1 poivron rouge moyen
1 gousse d'ail
1 oignon moyen
1 morceau de concombre (6 cm)
½ jus de citron
1 morceau de pain sec
1 gobelet d'huile d'olive
sel, poivre, vinaigre

Pour l'accompagnement :
2 tomates bien fermes
1 poivron vert
1 oignon
2 tranches de pain grillé

Mettre tous les ingrédients coupés en gros morceaux dans le bol et mixer progressivement ***3 mn de vitesse 5 à 9*** *en rajoutant un peu d'eau et des glaçons, selon votre goût. Assaisonner avec le sel, le poivre et le vinaigre et servir bien froid dans des petits bols.*

Couper les 2 tomates, le poivron, l'oignon, et le pain grillé en petits cubes et servir en accompagnement pour mettre dans la soupe.



Goulasch

Temps de préparation : 5 mn + Thermomix 48 mn

Hongrie

500 g de bœuf dans la culotte (rumsteck)
12 petits oignons blancs
1 gousse d'ail
100 g de saindoux (ou autre matière grasse)
2 c. à soupe de paprika
1 c. à café de cumin
1 c. à soupe de marjolaine
30 cl de vin rouge corsé
250 g de pommes de terre
5 tomates
2 poivrons verts
1 cube de bouillon de bœuf
sel et poivre

Mettre dans le bol du Thermomix les poivrons coupés en gros morceaux et les tomates coupées en 4 et faire quelques pulsions turbo afin de les hacher grossièrement. Réserver.

Mettre les oignons épluchés dans le bol et mixer ***5 sec à vitesse 4****. Ajouter la matière grasse et chauffer* ***2 mn ½ à 100°C, vitesse 2****.*

Couper le bœuf en cube de 6 cm. Mettre le fouet dans le bol et ajouter les morceaux de viande, le paprika, le cumin, la marjolaine, le sel, le poivre et le vin rouge. Programmer ***20 mn à 100°C, vitesse 2****.*

Pendant ce temps, éplucher les pommes de terre et les couper en gros cubes.

A l'arrêt de la minuterie, ajouter dans le bol les tomates et poivrons réservés, les pommes de terre, le cube de bouillon émietté et 4 cuillérées à soupe d'eau. Prolonger la cuisson ***25 mn à 100°C, vitesse 2****.*

Conseil

Accompagner ce plat national hongrois de pâtes fraîches ou de pommes de terre.

Champignons à la tyrolienne

Temps de préparation : 5 mn + Thermomix 40 sec +
Temps de cuisson au four 20 mn

Italie

4 gros cèpes d'environ 200 g chacun
2 c. à soupe d'olives noires dénoyautées
1 petit oignon
2 gousses d'ail
1/2 gobelet de chapelure
1 poignée de persil
1 œuf
sel et poivre



Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Frotter les champignons à l'aide d'un linge propre afin de les débarrasser de la terre.

Séparer les pieds des chapeaux.

Mettre dans le bol l'ail, l'oignon, le persil, les olives et les pieds de champignons. Mixer ***20 sec à vitesse 5****.*

Ajouter dans le bol l'œuf, la chapelure, le sel et le poivre. Mixer ***20 sec à vitesse 4****.*

Disposer les têtes de champignons dans un plat à four beurré. Les farcir avec le contenu du bol.

Faire cuire 20 mn à thermostat 6 (180°C).

Minestrone

Temps de préparation : Thermomix 26 mn



Italie

2 petits oignons grelots
1 gousse d'ail
1 mélange de 500 g de légumes :
1 poignée de haricots verts,
2 carottes, 2 courgettes,
1 tomate, 1 poignée d'épinard ou
de feuilles de blettes
1 litre d'eau
1 cube de bouillon de volaille
100 g de macaronis courts
1 c. à soupe d'huile d'olive
parmesan selon goût
1 c. à café de gros sel
poivre

Laver et éplucher les légumes. Couper une courgette en 4 et la mettre dans le bol avec ½ gobelet d'eau. Mixer ***6 sec à vitesse 3.5*** *puis* ***10 sec à vitesse 6****.*

Couper grossièrement les autres légumes (les épinards en lanières), les mettre dans le bol et mixer ***6 à 10 sec à vitesse 3.5*** *(selon le mélange de légumes).*

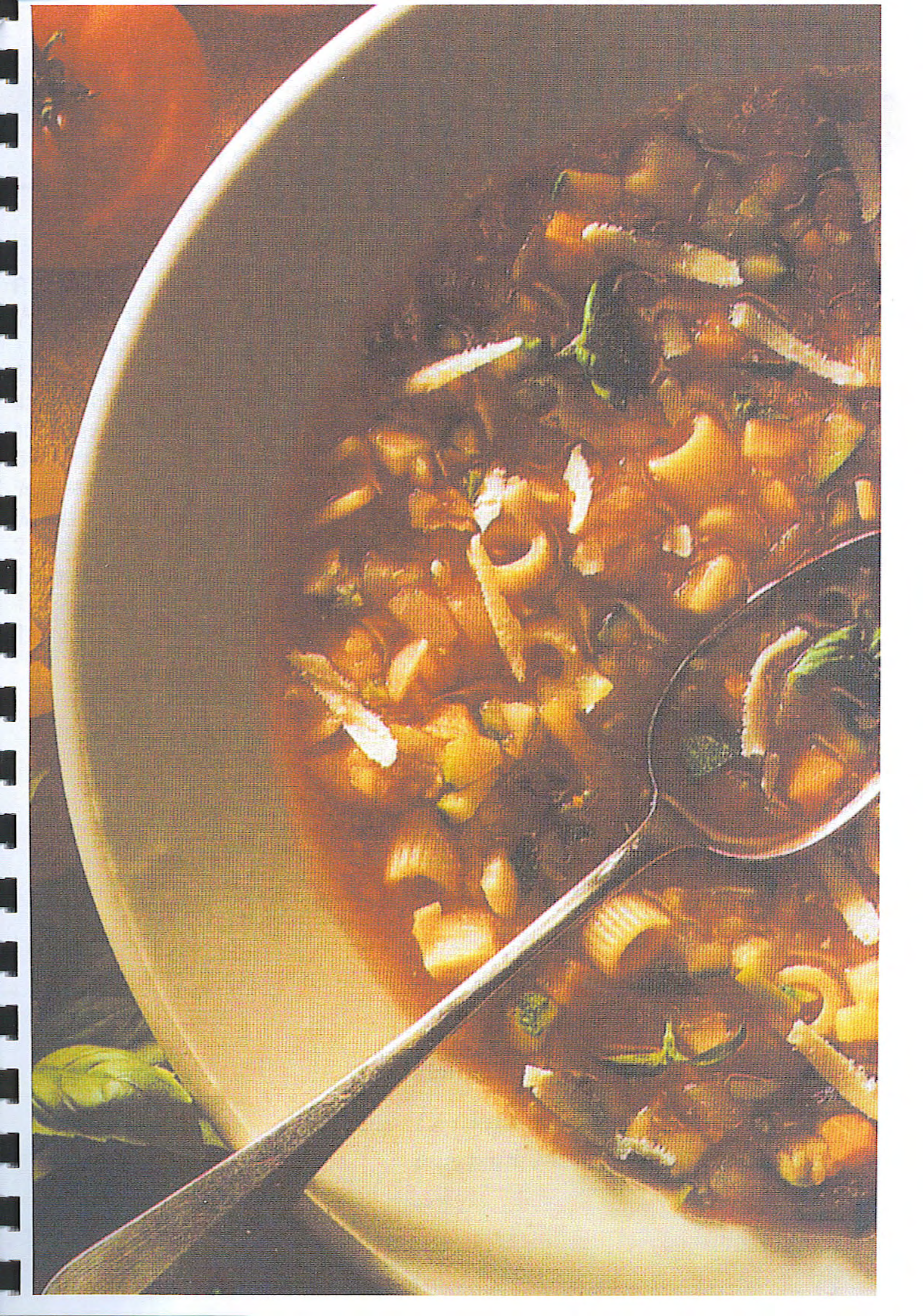
Ajouter l'eau, le cube de bouillon, le sel et le poivre et régler ***17 mn à 100°C, vitesse 1****.*

A l'arrêt de la minuterie, ajouter les pâtes et régler ***8 mn à 100°C, vitesse 1*** *(ou plus selon le temps indiqué sur le paquet).*

Ajouter l'huile d'olive et mixer ***5 sec à vitesse 1****.*

Conseil

Vous pouvez servir le minestrone avec du parmesan et du pistou (piler ensemble 2 gousses d'ail, 1 bouquet de basilic frais ciselé, 100 g de parmesan coupé en lamelles et 3 cuillérées à soupe d'huile d'olive).



Rigatonis à la sauce Puttanesca



Temps de préparation : Thermomix 18 mn

Italie

Rigatonis
½ gobelet d'huile
1 gousse d'ail
1 rondelle de poivron rouge
400 g de tomates
10 olives noires dénoyautées
5 olives vertes dénoyautées
½ gobelet de parmesan
½ gobelet de câpres
2 anchois
1 pincée d'origan
1 c. à café de piment de Cayenne
1 c. à café de sel

Introduire dans le bol du Thermomix l'ail, l'huile et le poivron. Mixer ***3 mn à 100°C, vitesse 2****.*

Ajouter les tomates coupées en 2, les câpres, les anchois, l'origan, le sel et le piment. Régler ***15 mn à 100°C, vitesse 2*** *sans poser le gobelet sur le couvercle (mettre le panier cuisson sur le couvercle pour éviter les projections).*

Pendant ce temps, faire cuire les pâtes (rigatonis de préférence).

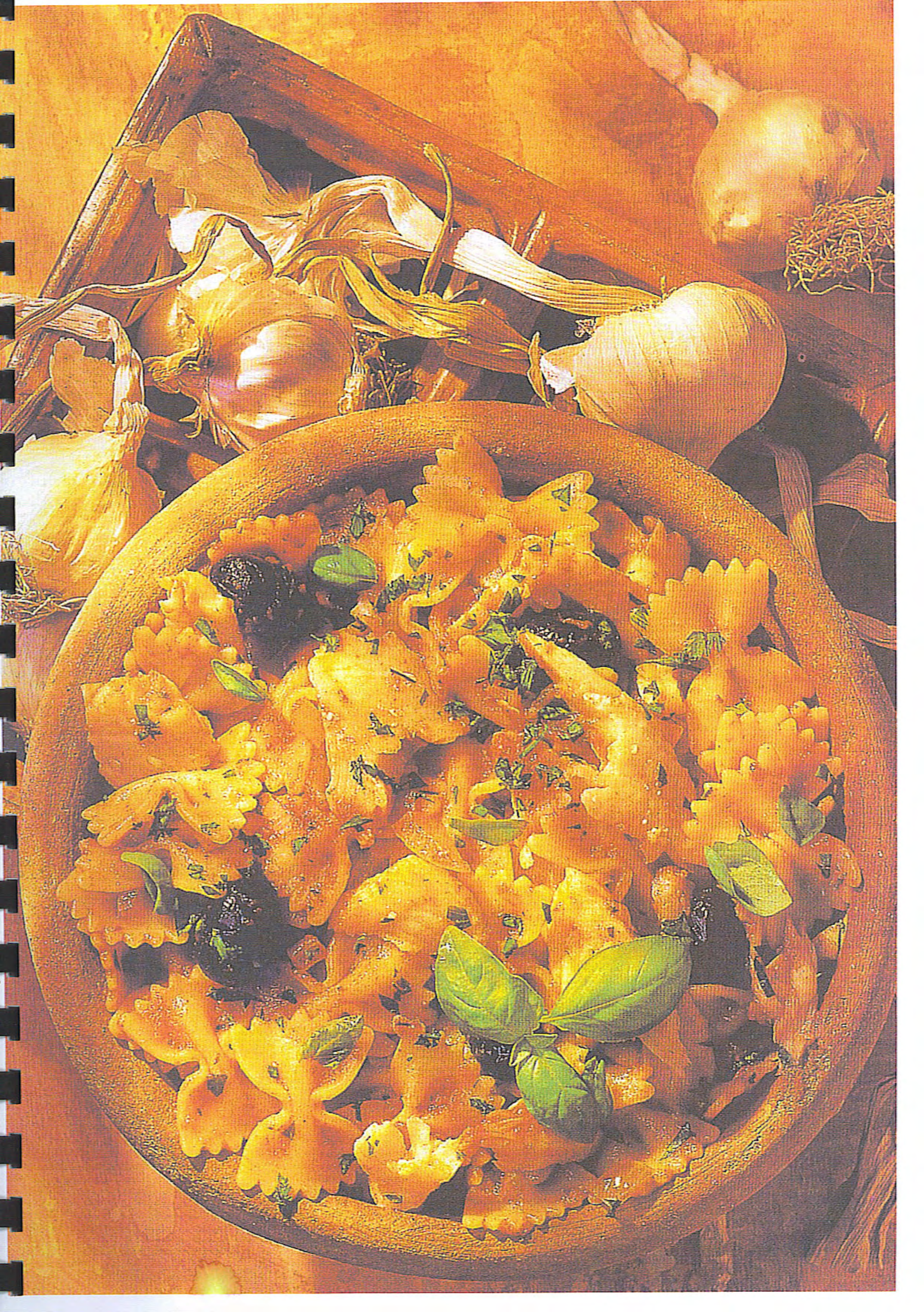
Ajouter dans le bol 5 olives noires et 5 vertes coupées en petits morceaux. Mixer ***5 sec à vitesse 7****.*

Ajouter les olives entières et mixer ***10 sec à vitesse 2****.*

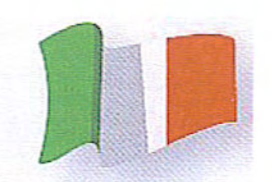
Verser cette sauce sur les pâtes et saupoudrer de parmesan râpé.

Conseil

Le temps de cuisson de la sauce peut être augmenté selon la densité souhaitée.



Raviolis à la viande



Italie

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 50 sec +
Temps de cuisson 20 mn

Pour la pâte :
300 g de farine
2 œufs
½ gobelet d'eau
1 c. à café de sel

Pour la farce :
1 petit pain
1 œuf
1 blanc d'œuf
1 oignon
2 c. à soupe d'herbes mélangées
350 g de chair à saucisse
Paprika
Sel, poivre

Pour le bouillon :
250 g de champignons frais
2 l. de bouillon
1 bouquet garni
3 carottes

Préparer la pâte. Mettre les ingrédients dans le bol et mixer ***20 sec à vitesse 5*** *pour obtenir une pâte malléable. Réserver.*

Couper le petit pain en quatre et le mettre dans le bol avec l'oignon, l'œuf, le blanc d'œuf, les herbes, le sel, le poivre et le paprika. Mixer ***20 sec à vitesse 9.***

Ajouter la chair à saucisse et mixer le tout ***10 sec à vitesse 7.***

Sur une planche farinée abaisser la pâte au rouleau. Couper la pâte en carrés égaux de 10 x 20 cm avec un couteau pointu. Poser sur chaque carré une cuillère de farce et replier la pâte. Fermer en badigeonnant le jaune sur les côtés et appuyer à l'aide d'une fourchette.

Faire cuire à feu doux les raviolis dans le bouillon avec le bouquet garni, les champignons et les carottes coupées en rondelles pendant 20 minutes.

Servir dans le bouillon parsemé de ciboulette ou parmesan.



Gâteau de carottes

Suisse

Temps de préparation : Thermomix 6 mn +
Temps de cuisson au four 40 à 50 mn

300 g de carottes
300 g d'amandes émondées ou en poudre
4 œufs
200 g de sucre
60 g de farine
jus et zeste d'un ½ citron
1 c. à café de levure chimique
1 pincée de sel
beurre et farine pour le moule

Moudre les amandes dans le bol du Thermomix ***5 sec à vitesse turbo*** *et réserver. Eplucher et râper les carottes en mixant* ***5 sec à vitesse turbo*** *en vous aidant de la spatule. Réserver avec les amandes.*

Séparer les blancs des jaunes d'œufs et monter les blancs en neige avec le fouet ***3 mn à vitesse 2.5****. Réserver les blancs montés.*

Retirer le fouet et mettre dans le bol les jaunes d'œufs et le sucre. Mixer ***2 mn à vitesse 3*** *afin d'obtenir un mélange mousseux.*

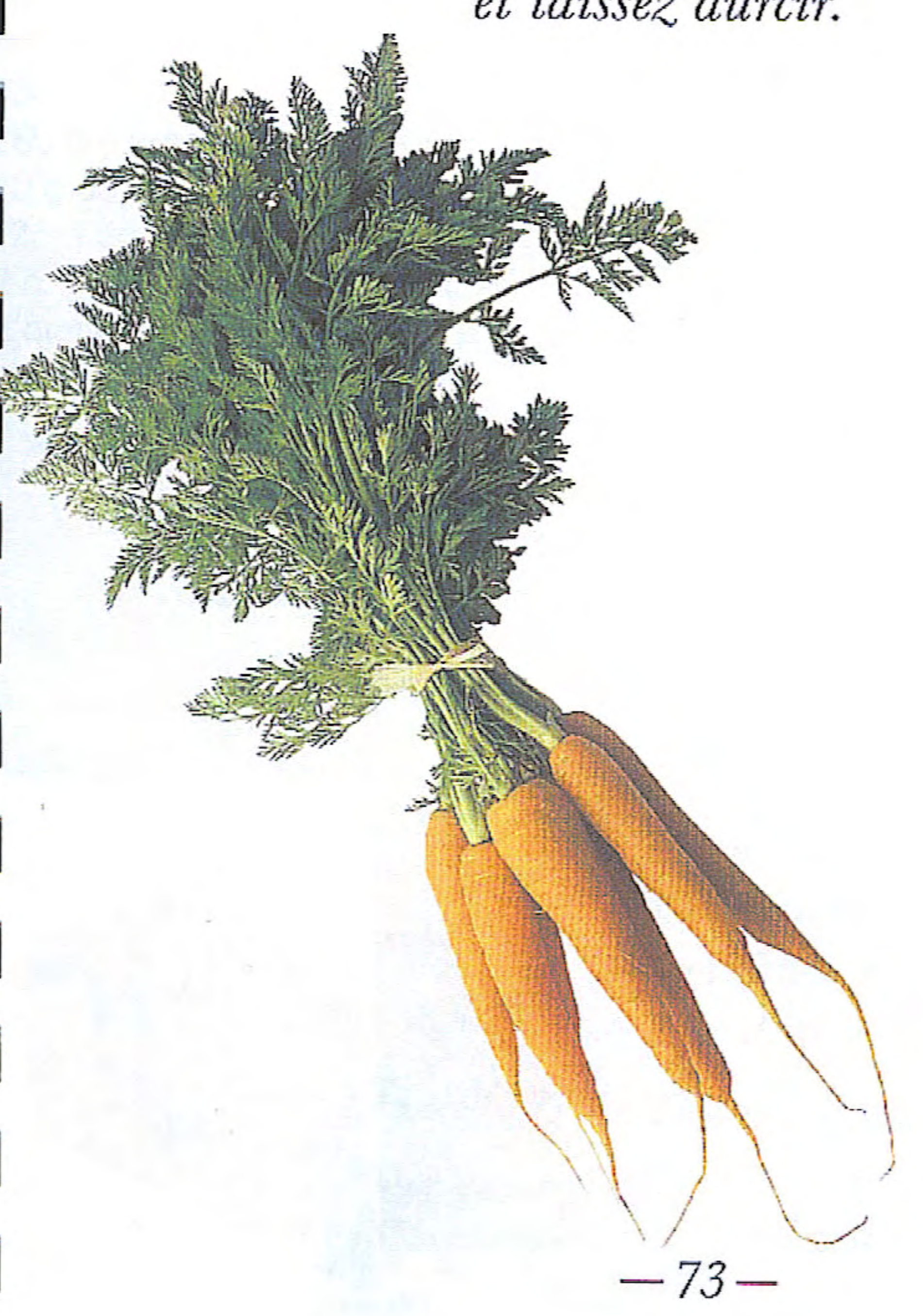
Ajouter le jus de citron et le zeste râpé, les carottes râpées, les amandes, la farine et le sel et mixer ***1 mn à vitesse 3*** *en vous aidant de la spatule.*

Verser le mélange dans un saladier et incorporer délicatement les blancs en neige.

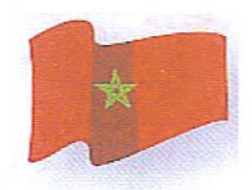
Verser la préparation dans un moule beurré et fariné et faire cuire au four 40 à 50 mn à thermostat 6 (180°C).

Conseil

Vous pouvez glacer le gâteau. Le laisser refroidir. Mélangez 150 g de sucre glace et une cuillérée à soupe de jus de citron. Appliquez avec un pinceau sur le gâteau et laissez durcir.



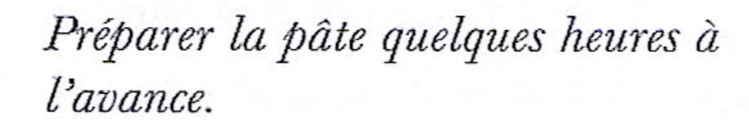
Cornes de gazelle



Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 2 mn +
Repos de la pâte quelques heures + Temps de cuisson au four 40 mn

Pour la pâte :
350 g de farine
1 œuf
125 g de beurre
50 g d'eau tiède

Pour la pâte d'amande :
250 g d'amandes émondées
40 g de beurre
125 g de sucre fin
2 c. à soupe d'eau de fleur d'oranger



Préparer la pâte quelques heures à l'avance.

Mettre dans le bol tous les ingrédients et régler ***1 mn sur position Epi****.*

Mettre la pâte dans un saladier et laisser reposer.

Mixer les amandes ***1 mn à vitesse 8****. Ajouter le beurre, le sucre et l'eau de fleur d'oranger. Mélanger* ***quelques secondes à vitesse 5*** *afin d'obtenir une pâte lisse et compacte.*

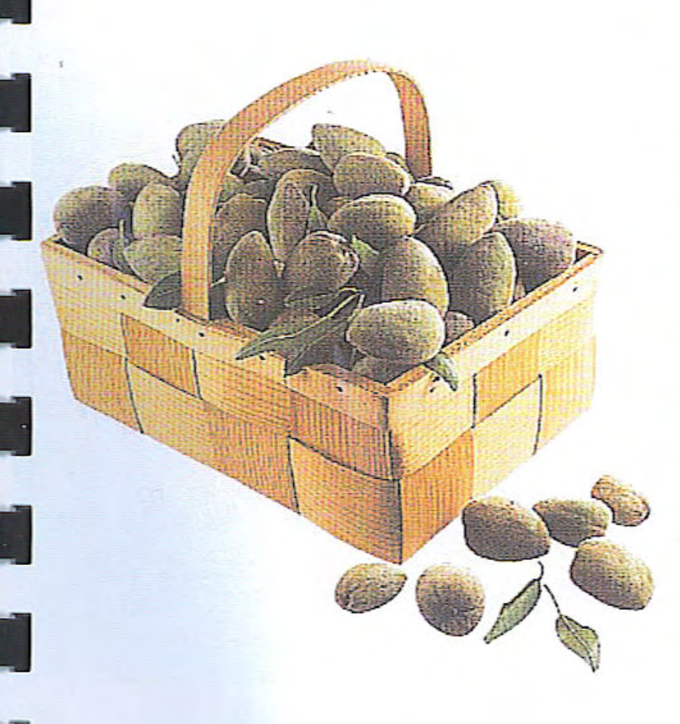
Après repos, préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Etaler la pâte au rouleau à pâtisserie. Faire des carrés de 12 cm sur 12.

Déposer sur chaque carré un boudin de pâte d'amande, rouler et former des croissants. Piquer sur chaque corne un cure dent pour bien tenir la pâte.

Déposer les cornes sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et cuire au four 40 mn à thermostat 6 (180°C).

Saupoudrer de sucre glace.

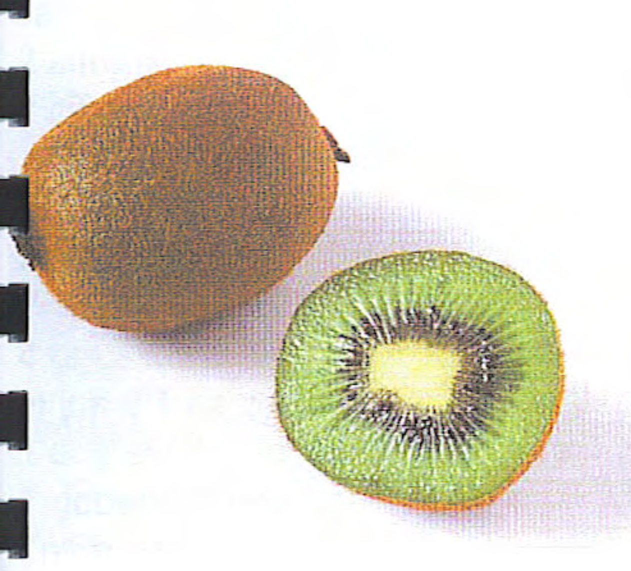


Kiwis à la mousse d'avocat au citron vert

Temps de préparation : 2 mn + Thermomix 7 mn

La Réunion

2 avocats bien mûrs
2 citrons verts
20 g de sucre vanillé
30 g de sucre en poudre
6 kiwis



Mettre 4 coupelles à dessert individuelles au congélateur pendant 10 mn.

Eplucher les avocats, enlever les noyaux et les couper en 4. Les mettre dans le bol avec le jus d'un citron vert, le sucre en poudre et le sucre vanillé. Mixer ***2 mn à vitesse 9****.*

Ajouter le fouet et mixer ***5 mn à vitesse 2.5*** *en raclant les parois du bol avec la spatule afin d'obtenir une crème bien lisse.*

Eplucher les kiwis, les couper en rondelles et canneler le citron vert (avec un économe).

Sortir les verres givrés du congélateur, y déposer les tranches de kiwis, recouvrir de la mousse d'avocat et décorer avec les rondelles de citron vert. Servir aussitôt.

Conseils

Vous pouvez remplacer le kiwi par de l'ananas.

Pour un joli décor, présentez la mousse d'avocat dans la peau des avocats ou de l'ananas.

Ce dessert peut aussi se servir comme sorbet. Congelez l'avocat en morceaux et suivre la recette.

Yassa au poulet

Temps de préparation : Thermomix 52 mn + Marinade 24 h

Sénégal

4 cuisses de poulet
Sel, poivre
[illegible]40 g de riz long

Pour la marinade :
1 c. à soupe de moutarde forte
1 clou de girofle
1 pincée de citronnelle en poudre
1 piment (de Cayenne ou de Jamaïque)
2 citrons verts
2 citrons jaunes

Pour la sauce :
2 gros oignons
½ gobelet d'huile d'olive
4 gousses d'ail
Le jus d'1 citron jaune
1 c. à soupe de moutarde forte
1 gobelet d'eau
Thym, laurier, sel, poivre

La veille, introduire dans le bol du Thermomix, les jus d'un citron jaune et vert, la pincée de citronnelle, la moutarde, le clou de girofle et le piment. Mixer ***30 sec à vitesse 3,5****. Dans un plat, déposer les cuisses de poulet coupées en deux (haut de cuisse et pignon) salées et poivrées. Couper les citrons restants en rondelles et en recouvrir le poulet. Verser le mélange de la marinade dessus et ajouter le thym et le laurier. Mettre la préparation une nuit au réfrigérateur couverte d'un film alimentaire.*

Le lendemain, retirer les cuisses de poulet, le laurier et le thym de la marinade. Réserver les rondelles de citrons pour la décoration du plat et la marinade pour la suite de la recette.

Remplir le bol d'eau jusqu'au repère d'1 litre. Mettre le riz dans le panier vapeur et le déposer dans le bol. Fermer le couvercle. Positionner le Varoma et déposer les cuisses de poulet. Programmer ***20 mn à température Varoma, vitesse 2****.*

Retirer le panier vapeur, vider le riz et le garder au chaud. Retourner les cuisses de poulet dans le Varoma et poursuivre la

cuisson en réglant ***15 mn à température Varoma, vitesse 2****. A l'arrêt de la minuterie, retirer le Varoma. Vider l'eau du bol. Mettre les morceaux de poulet dans le panier vapeur.*

Peler les oignons, les couper en quatre et les jeter sur les couteaux ***à vitesse 3,5 pendant 30 sec****. Ajouter l'huile d'olive et régler* ***3 mn à 100°C, vitesse 1****. Ajouter l'ail, la moutarde, le jus de citron, le gobelet d'eau, et la marinade. Régler* ***3 mn à 70°C, vitesse 4****. Mettre le panier vapeur dans le bol et régler* ***10 mn à 100°C, vitesse 1****.*

A la fin de la cuisson, disposer le riz sur un plat, poser les cuisses de poulet. Utiliser le panier vapeur pour filtrer la sauce et napper le poulet. Décorer avec les rondelles de citrons.



Potage aux cacahuètes

Temps de préparation : Thermomix 21 mn



Sénégal

150 g de cacahuètes (avec la coque)
200 g d'escalope de poulet
100 g de beurre
1 litre de bouillon de volaille
100 g de crème fraîche épaisse
1 c. à soupe bombée de farine
piment doux
sel, poivre

Couper les blancs de poulet en morceaux. Les mettre dans le bol avec le beurre, le bouillon de volaille et les cacahuètes décortiquées. Programmer ***15 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Mixer ***2 mn à vitesse turbo*** *(tourner progressivement le bouton jusqu'au maximum pour éviter les projections).*

Ajouter la farine et régler ***4 mn à 100°C, vitesse 4****.*

Ajouter la crème fraîche, assaisonner généreusement et mixer ***20 sec à vitesse 6****.*

Servir bien chaud.

Pâté de crevettes

Temps de préparation : Thermomix 1 mn + Attente 2h

Chine

250 g de crevettes cuites décortiquées (fraîches ou surgelées)
150 g de fromage blanc à 0% de matières grasses
3 c. à soupe de ketchup
1 citron
curry en poudre
piment (facultatif)
sel et poivre

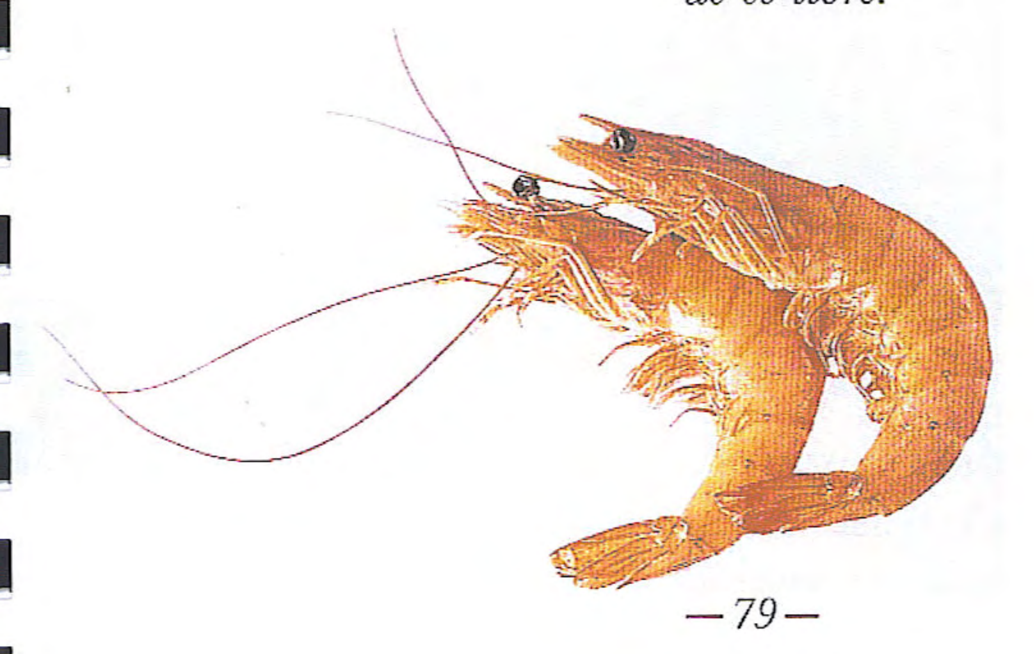
Mettre dans le bol les crevettes, le fromage blanc, le ketchup, le jus de citron, une pincée de curry, le sel et le poivre.

*Mixer **1 mn à vitesse 9** en raclant les parois du bol avec la spatule.*

Verser cette crème dans une terrine et mettre au frais pendant 2h.

Conseil

Vous pouvez servir ce pâté sur de petits toasts à l'apéritif ou l'utiliser dans des préparations comme à la page 82 de ce livre.



Bouchées aux crevettes à la vapeur

Chine

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 21 mn + Attente 10 mn

160 g de crevettes décortiquées
45 g d'échine de porc
45 g de pousses de bambou (ou cœurs de palmier)
ciboulette
30 g d'huile de sésame (dans le rayon étranger ou épicerie fine des grandes surfaces)
4 c. à soupe de sauce soja
tabasco
125 g de fécule de pommes de terre
60 g de maïzena
20 g de saindoux (ou de beurre)
poivre
2 pincées de sel

Préparer la farce. Mettre dans le bol la ciboulette, les crevettes, le porc, les pousses de bambou égoutées, 10 g de maïzena, 10 g d'huile de sésame, 1 pincée de sel, du poivre et 6 gouttes de tabasco. Mixer ***10 sec à vitesse 6****, racler les bords du bol avec la spatule et mixer à nouveau* ***5 sec vitesse 6****.*

Vider cette farce dans un bol.

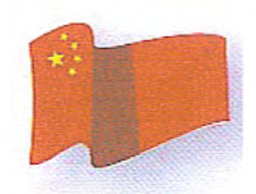
Préparer la sauce. Mettre dans le bol 4 c. à soupe de sauce soja, 2 c. à soupe d'huile de sésame et 6 gouttes de tabasco. Mixer ***20 sec à vitesse 2*** *et réserver.*

Préparer la pâte. Mettre dans le bol la fécule de pommes de terre, la maïzena, le saindoux, 80 g d'eau et 1 pincée de sel. Programmer ***30 sec sur position Epi****. Mélanger et racler les bords à l'aide de la spatule et mixer à nouveau* ***30 sec sur position Epi****.*

Sortir la pâte du bol et la laisser reposer 10 mn.

Former 3 boudins avec la pâte et couper 24 rondelles. Les étaler au rouleau pour former des ronds d'environ 9 cm de diamètre. Déposer au centre de chaque rond un peu de farce. Plier la pâte et

Légumes à la sauce coco



Chine

Temps de préparation : Thermomix 32 mn + Macération 2h

- 25 g d'abricots secs
- 1 c. à café de pâté de crevette (boutique chinoise ou voir recette page 79)
- 1 échalote
- 2 gousses d'ail
- ½ c. à café de sucre roux
- 100 g de noix de coco râpée
- 1 pointe de piment en poudre
- 300 g de chou vert ou chou chinois
- 300 g de haricots verts
- 3 carottes
- 1 c. à café de sel

2 heures avant la préparation, mettre les abricots à tremper dans un saladier avec un gobelet d'eau chaude.

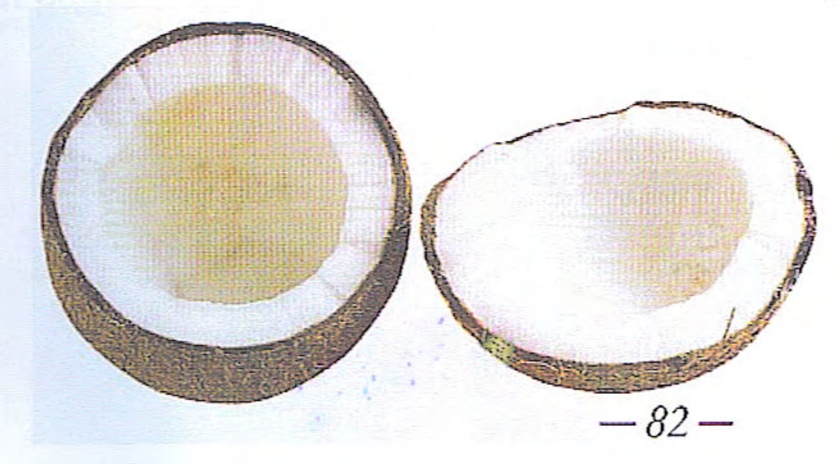
Dans le bol, mettre l'ail, l'échalote, le pâté de crevette, le piment, le sucre, l'eau de trempage des abricots, la noix de coco et le sel. Mixer ***1 mn à vitesse 6*** *puis* ***1 mn à vitesse turbo.***

Réserver dans un saladier.

Mettre 500 g d'eau dans le bol, les carottes coupées en rondelles dans le panier de cuisson et le chou coupé en morceaux et les haricots verts coupés en deux dans le Varoma.

Programmer ***30 mn à température Varoma à vitesse 1.***

A la fin de la cuisson mélanger les légumes à la sauce et décorer avec les abricots coupés en morceaux.



Poulet à la Chinoise

Temps de préparation : Thermomix 20 mn + Marinade 2 à 3h

Chine

4 blancs de poulet
25 g d'huile de soja
25 g d'huile de sésame
25 g d'huile d'olive
1 paquet de champignons noirs chinois
1 boîte de lait de coco (210 ml)
1 c. à soupe de sauce soja
1 c. à soupe de fond de volaille
2 c. à café de gingembre moulu
½ paquet de vermicelle chinois
1 boîte de pousses de bambou (ou cœurs de palmier)
100 g de germes de soja frais ou en boîte
½ piment de Cayenne ou ½ c. à café de piment en poudre
1 ½ poivron vert, rouge et jaune
65 g de vin blanc sec (facultatif)
1 pincée de noix de muscade râpée
1 oignon
1 gousse d'ail
sel et poivre

Mettre les champignons à tremper dans de l'eau chaude pendant 20 mn.

Découper les blancs de poulet en cubes.

Dans le bol, mettre les huiles, la sauce soja, le fond de volaille, le gingembre, l'oignon, l'ail, les poivrons, le piment, la muscade et la moitié des champignons. Donner ***3 pulsions de turbo****. Vous devez obtenir une julienne.*

Verser cette préparation sur les blancs de poulet dans un saladier, ajouter le lait de coco, le vin blanc, le reste des champignons, les pousses de bambou, les germes de soja et le vermicelle coupé en petits morceaux.

Laisser mariner 2 à 3 heures au frais.

Verser le tout dans le bol du Thermomix muni du fouet et programmer ***20 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Servir avec du riz Basmati.

Curry de poulet

Temps de préparation : Thermomix 33 mn



Inde

Pour 4 à 6 personnes :
900 g d'escalope de poulet
1 gros oignon
2 gousses d'ail
40 g d'huile d'olive
1 morceau de gingembre frais (1 cm environ) ou 1 c. à café de gingembre moulu
40 g de poudre d'amande
2 c. à soupe d'amandes effilées, grillées
½ c. à café de curcuma
1 c. à café de piment en poudre
2 c. à café de coriandre moulue
1 gobelet de crème fraîche liquide
1 c. à café ½ de garam masala (ou de curry)
3 œufs durs
1 citron vert
brins de menthe ou de coriandre

Couper le poulet en morceaux de 5 cm environ.

Faire tourner le Thermomix à ***vitesse 6*** *et jeter sur les couteaux l'oignon coupé en quatre, l'ail et le gingembre.*

Ajouter l'huile d'olive et faire revenir ***4 mn à 100°C, vitesse 1.***

Ajouter la poudre d'amande, le curcuma, le piment et la coriandre. Programmer ***1,5 mn à 100°C, vitesse 1.***

Mettre le fouet et ajouter le poulet et 1 gobelet ½ d'eau. Programmer ***25 mn à 90°C, vitesse 1.***

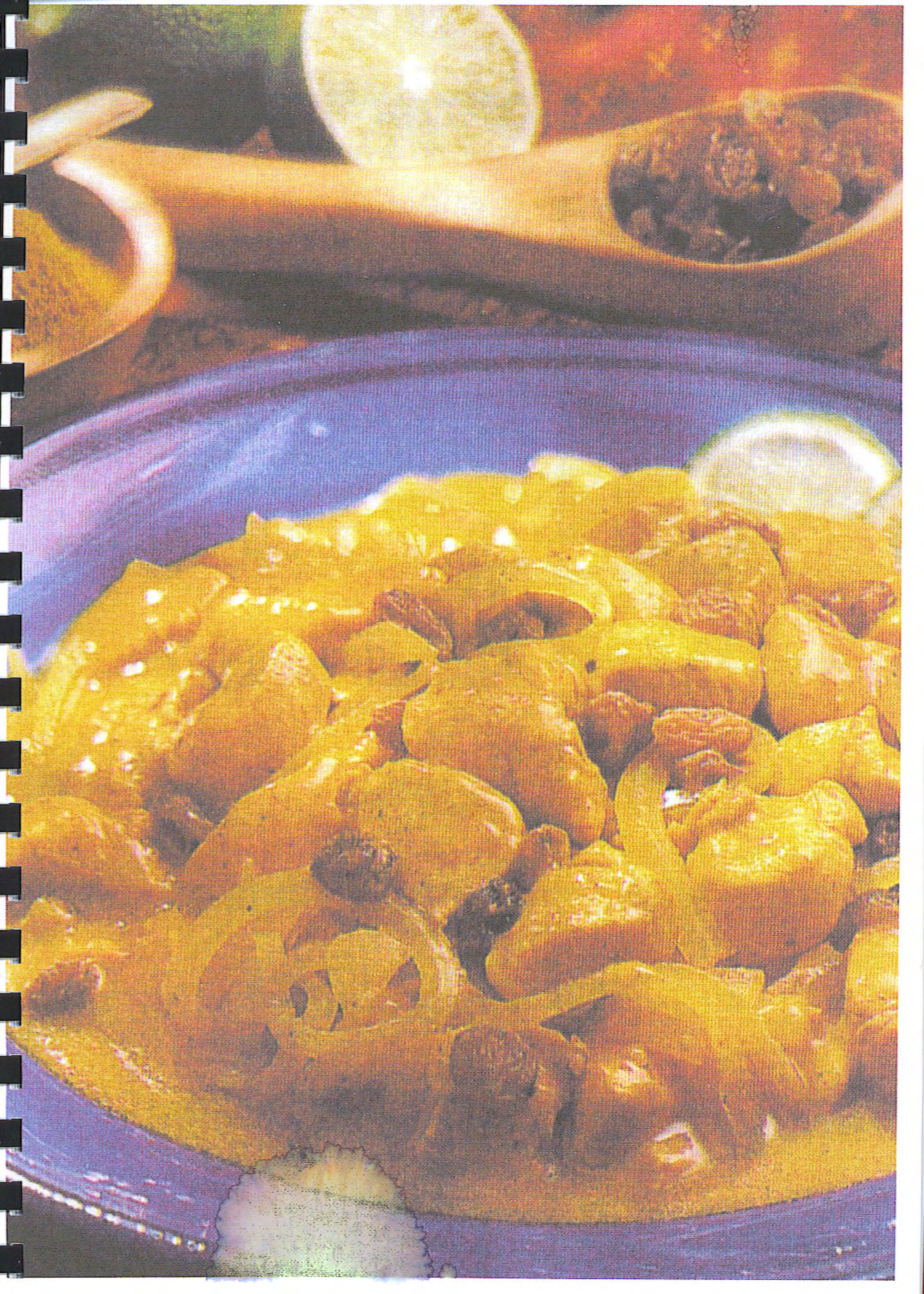
A la fin de la minuterie, ajouter la crème fraîche, le garam masala et les œufs durs. Programmer ***2 mn à 90°C, vitesse 1.***

Servir dans un plat chaud et décorer d'amandes grillées, de tranches de citron vert et de brins de coriandre ou de menthe. Accompagner de riz Basmati.

Conseil

Les amandes peuvent être cuites au micro-ondes. Etaler les amandes sur une assiette et les faire dorer environ 1 mn ½.





Sauce tomates India

Temps de préparation : Thermomix 23 mn

Inde

- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 oignons
- 500 g de tomates
- 2 cm de gingembre frais haché
- ½ c. à café de cumin moulu
- ½ c. à café de coriandre moulue
- ½ c. à café de piment en poudre
- ½ c. à café de sel
- ½ piment vert
- ½ c. à café de sucre en poudre
- 50 g de coriandre fraîche hachée (facultatif)

Mettre les oignons coupés en 4 dans le bol et mixer ***5 sec à vitesse 6****. Ajouter l'huile d'olive et faire revenir* ***3 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Ajouter les tomates après les avoir pressées pour sortir les graines et le jus. Ajouter le gingembre, le cumin, la coriandre, le piment en poudre et le sel. Programmer ***10 mn à 100°C, vitesse 1*** *sans le gobelet (poser le panier vapeur sur le couvercle pour éviter les projections).*

Ajouter le piment vert et le sucre. Programmer ***10 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Saupoudrer de coriandre fraîche.

Conseil

Servir cette sauce en accompagnement de viandes grillées ou poissons.

Vous pouvez également la congeler en petites quantités.



Glace au safran

Temps de préparation : Thermomix 8 mn
Préparation la veille

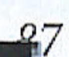
Iran

3 jaunes d'œufs
70 g de sucre semoule
450 g de lait
150 g de crème fraîche
½ gousse de vanille
3 g de safran (3 dosettes)
3 c. à soupe d'eau de fleur d'oranger

Mettre les jaunes d'œufs, le sucre semoule, le contenu d'une demi-gousse de vanille et le lait dans le bol. Régler ***7 mn à 85°C, vitesse 4****. A l'arrêt de la minuterie, ajouter la crème, l'eau de fleur d'oranger et le safran et faire tourner* ***7 sec à vitesse 5*** *sans chauffer.*

Verser la crème dans des bacs à glaçons ou dans un moule à fond très plat sur une fine épaisseur, et la mettre au congélateur.

Avant de servir, remettre la crème glacée, coupée en morceaux si vous avez utilisé un moule, dans le bol et mixer ***30 sec à vitesse Turbo*** *en s'aidant de la spatule. Ajouter le fouet et régler* ***20 sec à vitesse 3****.*

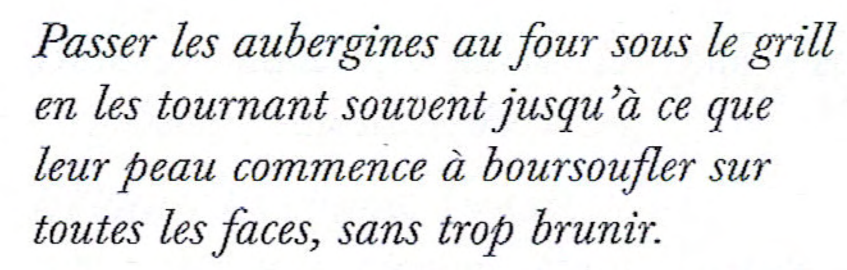


Caviar d'aubergines

Temps de préparation : Thermomix 3 mn +
Temps de cuisson au four 6 à 8 minutes

Liban

- 2 aubergines
- 2 gousses d'ail
- 1 citron
- huile d'olive
- sel et poivre



Passer les aubergines au four sous le grill en les tournant souvent jusqu'à ce que leur peau commence à boursoufler sur toutes les faces, sans trop brunir.

Mettre dans le bol du Thermomix l'ail, la moitié du citron pelé à vif et débarrassé de ses pépins, la chair des aubergines prélevée avec une cuillère, le sel et le poivre. Mixer ***10 sec à vitesse 6*** *puis en continuant à mixer à* ***vitesse 6****, incorporer progressivement l'huile d'olive par l'orifice du couvercle jusqu'à l'obtention d'une purée épaisse (au moment où l'huile n'est plus absorbée).*

Servir très frais.

Conseil

Vous pouvez servir ce caviar d'aubergines sur des toasts grillés à l'apéritif ou en entrée accompagné de pain.

Taboulé

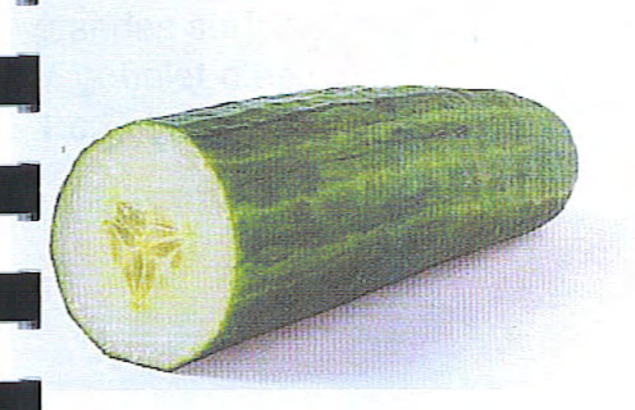
Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 22 mn



Liban

250 g de semoule fine
2 citrons
3 belles tomates
1 concombre
5 à 6 oignons blancs (100 g)
10 feuilles de menthe
10 brins de persil
2 brins de coriandre fraîche (facultatif)
3 c. à soupe d'huile d'olive
sel et poivre

Pour le décor :
1 citron
1 tomate
10 feuilles de menthe



Dans un saladier, mélanger la semoule et ½ gobelet d'eau salée. Réserver.

Eplucher les citrons, les tomates, le concombre et les oignons. Dans le bol du Thermomix, introduire le jus des citrons et les tomates coupées en deux, la moitié du concombre coupé en tronçons, les oignons, les feuilles de menthe, le persil, la coriandre, l'huile d'olive, le sel et le poivre.

Mixer ***30 sec à vitesse 9****. Verser sur la semoule et mélanger bien. Ajouter le reste de concombre coupé en dés.*

Laisser mariner au frais pendant 2 h au moins.

Au moment de servir, décorer de rondelles de tomates et de citrons et de feuilles de menthe.

Conseil

Vous pouvez réaliser le taboulé la veille pour que les parfums se développent davantage.

Bœuf épicé à la thaïlandaise



Temps de préparation : 10 mn + Thermomix 30 mn + Marinade 1h

500 g de bœuf dans la culotte (rumsteck)
1 c. à soupe de sucre roux
3 c. à café de gingembre râpé frais (ou en poudre)
1 petit oignon
3 oignons blancs
1 gousse d'ail
1 c. à soupe de sauce soja
2 ½ c. à soupe d'huile (arachide ou végétale de préférence)
200 g de petits épis de maïs en boîte
80 g de pousses de bambou ou cœurs de palmiers
2 piments verts frais
2 c. à soupe de sauce de poisson (dans le rayon exotique des grandes surfaces)
½ gobelet d'eau
1 c. à café de maïzena

Mettre dans le bol le sucre roux, le gingembre, l'oignon blanc, l'ail épluchés et la sauce soja. Mixer ***quelques secondes à vitesse 6****.*

Emincer le bœuf en fines lanières et le mettre dans un saladier avec la mixture. Bien mélanger, couvrir d'une feuille cellophane et laisser mariner 1 h au frais en remuant de temps en temps.

Mettre l'huile dans le bol et chauffer ***2 mn à température Varoma, vitesse 1****. Ajouter les oignons blancs coupés en morceaux, les épis de maïs, les pousses de bambou et les piments émincés. Cuire* ***5 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Mettre le fouet dans le bol et ajouter la viande avec la marinade. Programmer ***15 mn à 100°C, vitesse 2****.*

Dans un bol, mélanger la sauce de poisson, l'eau et la maïzena et verser cette préparation dans le bol du Thermomix.

Cuire ***4 mn à 100°C, vitesse 2****.*

Servir avec du riz Basmati.

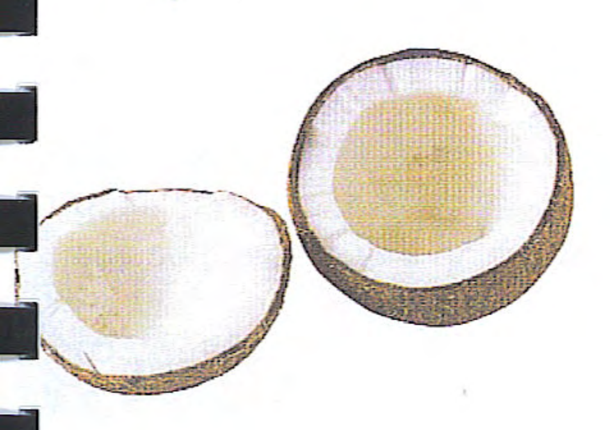
Crevettes au lait de coco et au gingembre



Thaïlande

Temps de préparation : Thermomix 20 mn

16 crevettes roses cuites
30 g de gingembre frais ou en poudre
200 g de lait de coco
½ c. à café de curcuma ou safran
1 petit poivron rouge
1 citron vert
sel, poivre
coriandre
huile d'olive



Mettre dans le bol 2 c. à soupe d'huile d'olive et régler ***1 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Ajouter les crevettes décortiquées et faire revenir ***3 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Vider le contenu du bol et réserver les crevettes dans le panier cuisson.

Peler et couper le gingembre en morceaux, le mettre dans le bol et mixer ***30 sec à vitesse 5****.*

Ajouter le lait de coco, ½ gobelet d'eau, le curcuma, le jus de citron vert, le sel et le poivre. Cuire ***10 mn à 60°C, vitesse 1****.*

A l'arrêt de la minuterie, mixer ***10 sec à vitesse turbo****.*

Mettre le panier cuisson contenant les crevettes dans le bol et programmer ***5 mn à 60°C, vitesse 1****. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.*

Couper le poivron en lanières.

Verser la sauce dans 4 assiettes, y déposer 4 crevettes et parsemer de feuilles de coriandre ciselées et de lanières de poivrons.



Nems



Temps de préparation : 20 mn + Thermomix 30 sec + Friture 20 mn

Pour environ 40 nems
1 kg de galettes de riz de 22 cm de diamètre
750 g de porc maigre (rouelle ou sauté de porc)
2 gros oignons
1 petite boîte de miettes de crabe
150 g de germes de soja, frais de préférence
50 g de vermicelle chinois
50 g de champignons noirs
4 œufs
sauce soja
poivre

Pour la sauce Nuoc Mam :
1 gobelet de Nuoc Mam
2 c. à soupe de sucre en poudre
½ citron
1 gousse d'ail
½ c. à soupe de carottes râpées

Mettre dans le bol la viande coupée en gros morceaux, les oignons, le vermicelle et les champignons noirs et faire ***quelques pulsions de turbo*** *pour hacher le tout. Ajouter les miettes de crabe, les germes de soja, les œufs, une cuillérée à soupe de sauce soja et le poivre et mixer* ***10 sec à vitesse 3*** *afin de lier la préparation.*

Disposer les galettes de riz sur un plan de travail. Les tremper quelques secondes dans l'eau tiède afin qu'elles retrouvent une consistance souple.

Déposer 1 c. à soupe de farce sur chaque galette et replier rapidement les extrémités à l'intérieur puis rouler la feuille comme une cannelloni.

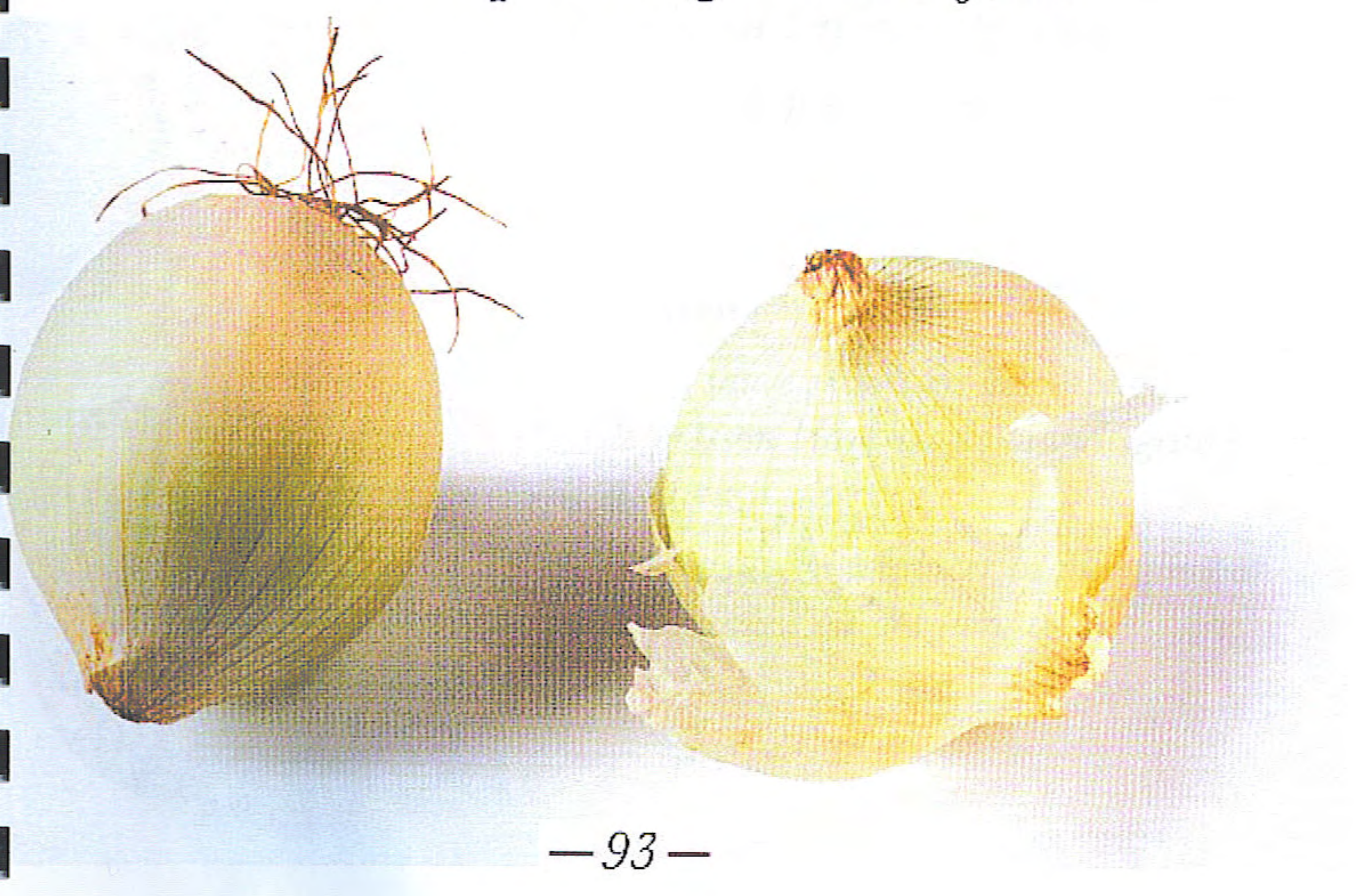
Préparer un bain de friture bouillant et plonger les nems 2 à 3 mn jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Les sortir à l'aide d'une écumoire et les poser sur du papier absorbant.

Pendant la cuisson des nems, préparer la sauce. Mettre dans le bol du Thermomix l'ail épluché et coupé en deux et tous les autres ingrédients. Mixer ***10 sec à vitesse 4****.*

Servir les nems bien chauds accompagnés de la sauce Nuoc man, de feuilles de salade et de menthe fraîche.

Conseil

Vous trouverez tous les ingrédients asiatiques dans le rayon produits exotiques des grandes surfaces.



Rougail de mangue

Temps de préparation : Thermomix 2 mn



Antilles

1 mangue
10 g de piment rouge frais
10 g de gingembre frais
1 pincée de piment de Cayenne
150 g d'oignons
20 g d'huile d'olive
sel

Eplucher la mangue et enlever le noyau.

Mettre dans le bol tous les ingrédients sauf la mangue et mixer ***30 sec à vitesse 4****.*

Ajouter la mangue coupée en gros morceaux et mixer ***20 sec à vitesse 6****.*

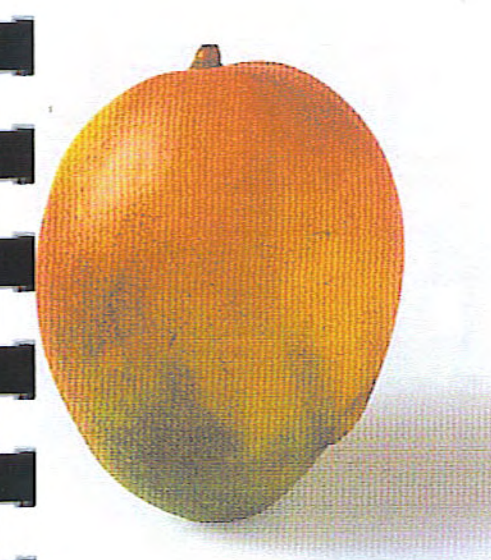
Donner ***3 pulsions de turbo****.*

Ajouter le fouet et programmer ***1 mn à vitesse 3****.*

Conseil

Cette sauce se sert en accompagnement de poisson blanc ou de viande grillée et de riz.

Vous pouvez remplacer la mangue par de l'ananas ou des tomates.



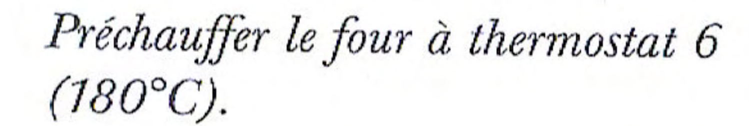
Biscuit Antillais

Temps de préparation : Thermomix 6 mn +
Temps de cuisson au four 35 mn

Antilles

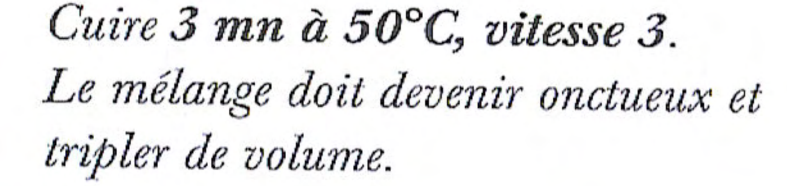
125 g de noix de coco râpée
15 g de beurre
120 g de sucre
4 œufs
90 g de farine
1 pincée de sel





Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Placer le fouet dans le bol. Mettre les œufs, le sucre et une pincée de sel et mixer ***1 mn à vitesse 3****.*



Cuire ***3 mn à 50°C, vitesse 3****.*
Le mélange doit devenir onctueux et tripler de volume.

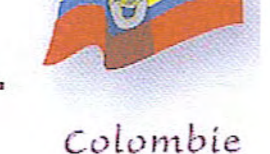
Mixer sans le gobelet pendant ***1 mn à vitesse 3*** *pour refroidir la préparation.*

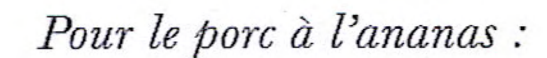
Ajouter la noix de coco et la farine et mixer ***40 sec à vitesse 3****.*

Verser dans un moule à manqué beurré et cuire au four 35 mn à thermostat 6 (180°C).

Servir avec une crème anglaise.

Porc à l'ananas et riz coco





Temps de préparation : Thermomix 57 mn

- 200 g de riz basmati ou thaï
- 400 g de lait de coco
- 400 g d'épaule de porc
- 2 gros oignons
- 1 petite boîte d'ananas en morceaux
- 250 g de tomates pelées en boîte
- 40 g d'huile d'olive
- sel et poivre selon goût



Pour le porc à l'ananas :

Egoutter les ananas et les tomates dans une passoire.

Couper la viande en morceaux.

Faire tourner le Thermomix à ***vitesse 6*** *et jeter sur les couteaux les oignons coupés en quatre. Arrêter après le dernier morceau.*

Ajouter 20 g d'huile d'olive et faire revenir les oignons ***4 mn à 100°C vitesse 1****.*

Mettre le fouet et ajouter la viande, les ananas, les tomates, le sel et le poivre. Programmer ***30 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Réserver au chaud.

Pour le riz coco :

Dans le bol mettre le fouet avec 20 g d'huile d'olive, le riz et faire revenir ***3 mn à 100°C, vitesse 1****.*

Mouiller avec le lait de coco et 2 gobelets d'eau, saler et poivrer.

Programmer ***20 mn à 90°C, vitesse 1****.*

Servir la viande en sauce accompagnée du riz coco.

Ketchup

Temps de préparation : Thermomix 1 mn



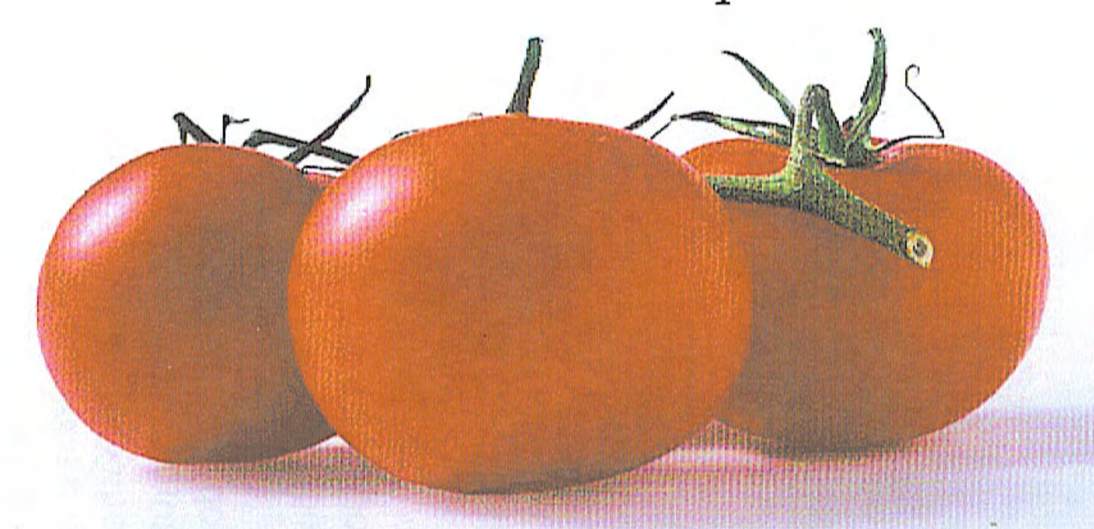
Etats-Unis

125 g de concentré de tomates
1 gobelet de sucre semoule
2 gobelets d'eau froide
1 gobelet de vinaigre d'alcool coloré
1 pointe de piment de Cayenne
sel et poivre

Mettre tous les ingrédients dans le bol et mixer ***1 mn à vitesse 9.***

Conseil

Le ketchup se conserve au réfrigérateur pendant 3 semaines dans un bocal hermétique.



Gambas à l'Américaine

Temps de préparation : Thermomix 20 mn



Etats-Unis

Pour 6 personnes
450 g de gambas
50 g d'échalotes
1 petite boîte de concentré de tomates
½ gobelet de Cognac
2 c. à soupe d'huile d'olive
2 gobelets de vin blanc sec
2 gobelets d'eau
ciboulette, persil et estragon
sel et poivre
piment de Cayenne

*Introduire dans le bol l'huile d'olive et les échalotes. Programmer **5 mn à 100°C, vitesse 4**. Ajouter le persil, l'estragon, la ciboulette, le Cognac, l'eau, le vin blanc, le concentré de tomates, une pincée de piment de Cayenne, le sel et le poivre.*

*Déposer les gambas dans le Varoma et le poser sur le bol. Programmer **15 mn à température Varoma, vitesse 4**.*

*Mixer la sauce **30 sec à vitesse 7**.*

Présenter les gambas nappées de sauce dans un plat creux.

Conseil

Accompagnez ce plat d'un « Entre Deux Mer » bien frais.

Vous pouvez réaliser cette recette avec d'autres poissons comme de la lotte ou des demi-langoustes.



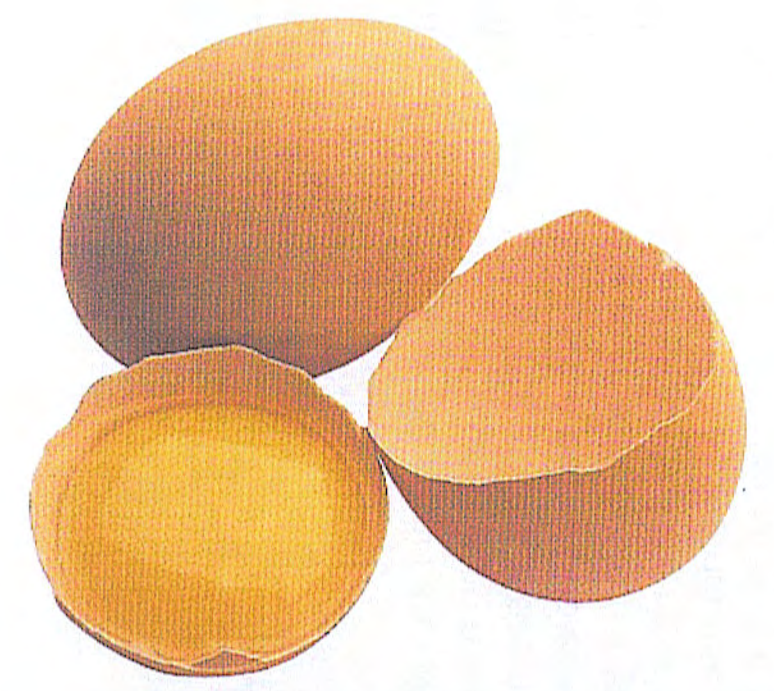
Pancakes



Temps de préparation : Thermomix 1 mn +
Temps de cuisson 2 à 3 mn par crêpes

Etats-Unis

170 g de farine
2 c. à soupe de sucre
1 c. à soupe de levure chimique
½ c. à café de sel
1 c. à soupe d'huile
1 œuf
2 gobelets de lait



*Introduire tous les ingrédients dans le bol. Mixer **1 mn à vitesse 9**. La préparation doit être épaisse.*

Faire cuire dans une poêle antiadhésive, à température modérée, par petites crêpes de 7 à 8 cm de diamètre.

Retourner les crêpes dès que de petites bulles se forment à la surface.

Les crêpes doivent être dorées.

Conseil

Servir avec du sirop d'érable, du miel, de la confiture ou du coulis de fruits Thermomix.

Guacamole

Temps de préparation : Thermomix 1 mn 20



Mexique

2 avocats bien mûrs
le jus d'un citron
1 grosse tomate
6 brins de coriandre fraîche
1 oignon blanc frais avec sa tige
quelques gouttes de tabasco ou un petit piment
½ c. à café de sel
poivre
quelques feuilles de salade et brins de coriandre pour la décoration

Mixer l'oignon et sa tige verte ***10 sec vitesse 3,5****.*

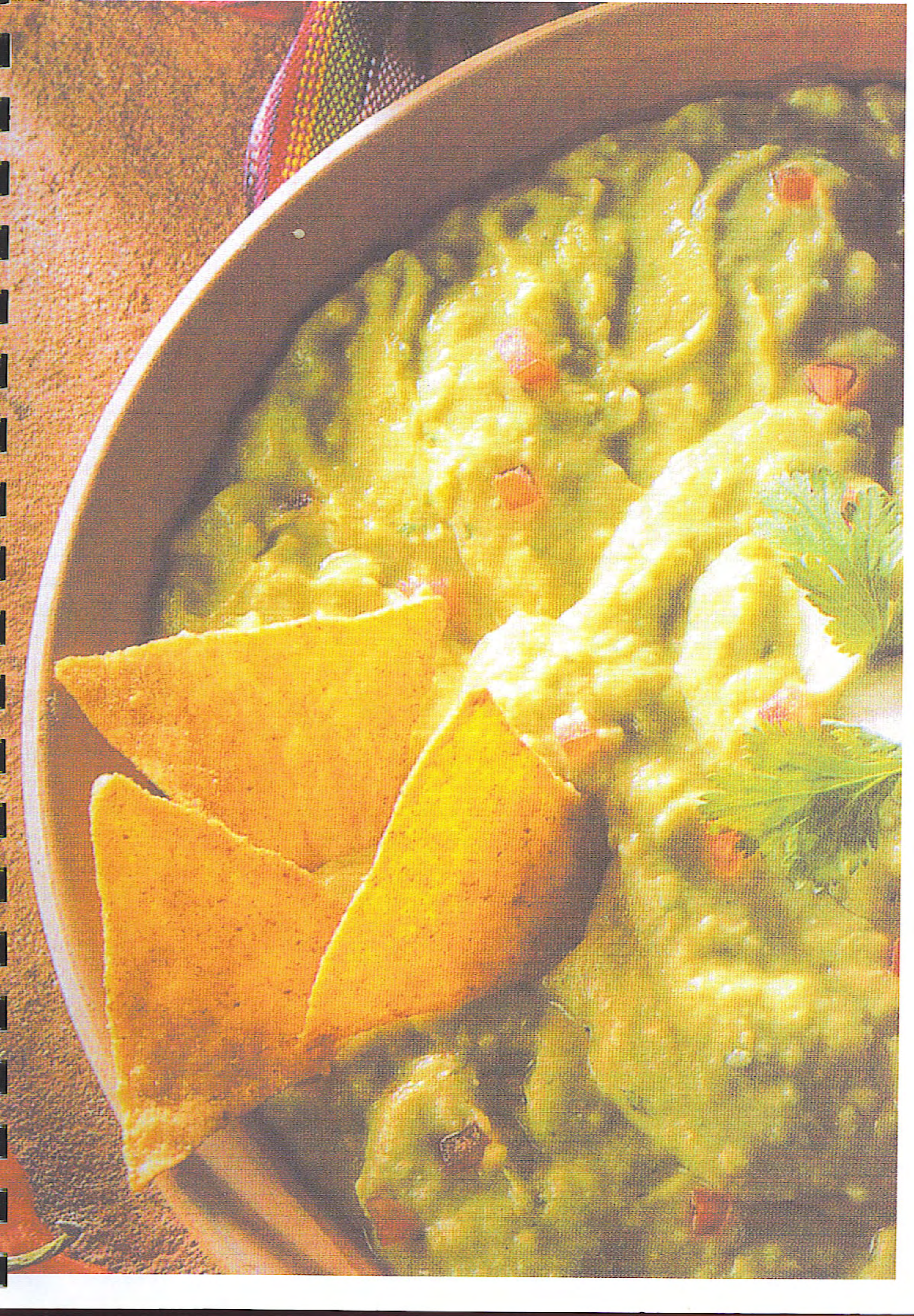
Peler les avocats, mettre la chair dans le bol avec le jus de citron, le tabasco ou le piment coupé très fin, le sel, le poivre et la coriandre. Mixer ***10 sec à vitesse 3,5****. Mélanger à l'aide de la spatule, placer le fouet sur les couteaux et mixer à nouveau* ***1 mn à vitesse 3****.*

Vider le contenu du bol dans un saladier.

Peler la tomate, l'épépiner, couper la pulpe en petits dés et les ajouter à la purée d'avocat.

Conseil

Servir frais accompagné de chips de maïs pimentées.



Sommaire

Le Tour des Régions françaises

Le Tour du Monde

Index

Le Tour des Régions françaises

Le Tour du Monde